La Cuisine des Provinces de France



La Cuisine des Provinces de France

par

M.F.K. Fisher

et les Rédacteurs

des Collections TI

photographies de Mark Kauffman



L'AUTEUR : Madame M.F.K. Fisher jouit d'une grande réputation parmi les gastronomes modernes en raison de sa vivacité d'esprit, de sa compréhension des choses de la table et de sa pondération. Elle doit une large part de sa connaissance de la cuisine à son séjour dans le Midi de la France et elle a partagé son savoir avec un large public, très élogieux d'ailleurs, grâce à la publication d'une douzaine de livres, dont *The Art of Eating* (l'Art de la table), et à ses articles, écrits pour divers journaux, y compris le *New Yorker*. Elle habite à St. Helena, en Californie, une ville nichée dans les vignobles de la vallée de la Napa.

LE CONSEILLER DE RÉDACTION : Michael Field renonça à sa carrière de pianiste pour devenir l'un des plus grands experts américains en matière de gastronomie et se spécialiser comme professeur de cuisine. Il assure la direction d'une école de cuisine à Manhattan et a écrit de nombreux articles afférents à l'art culinaire. Parmi ses livres, citons *Michael Field's Cooking School* et *Michael Field's Culinary Classics and Improvisations.*



LA COLLABORATRICE : Grâce à son programme de télévision, *The French Chef* (le Chef français), Madame Julia Child a été l'hôtesse très appréciée de milliers de foyers américains. Elle a suivi les cours de la célèbre École des Cordons Bleus et, en compagnie de deux amies, elle a fondé à Paris « l'École des Trois Gourmandes ». Elle a écrit *The French Chef Cookbook* (le Livre du chef français) et, en association, *Mastering the Art of French Cooking* (Comment dominer l'art de la cuisine française). Elle a épousé Paul Child, peintre et photographe de son métier, et le couple séjourne tantôt à Cambridge (Massachusetts), tantôt dans le Sud de la France.

LE PHOTOGRAPHE : Mark Kauffman, un des chefs de la section photographique de LIFE, jouit d'une réputation internationale comme journaliste et photographe, spécialisé dans les problèmes de cuisine. Il est entré à LIFE en 1941 et a réalisé d'importants reportages aux quatre coins du monde. Depuis 1960, il s'est établi à son compte comme photographe. Pour illustrer *la Cuisine des Provinces de France,* il a parcouru en voiture toutes les routes de France, puis il a passé six semaines dans le laboratoire culinaire d'essai de «la Cuisine à travers le Monde », ce qui lui a permis de réaliser de nombreuses photographies des mets et de leur préparation.



LE CONSEILLER DE RÉDACTION POUR L'ÉDITION FRANÇAISE : Journaliste et écrivain gastronomique, Robert J. Courtine est membre de l'Académie Rabelais. Deux de ses ouvrages, *la Vraie cuisine française* et *la Cuisine du monde entier,* ont conquis une large audience tant en France que dans les nombreux pays où ils ont été traduits. Il est l'auteur du « Nouveau Larousse gastronomique » et la rubrique hebdomadaire des bons restaurants de France qu'il écrit dans le journal *Le Monde,* sous le pseudonyme de La Reynière, fait autorité.

COUVERTURE : Ce soufflé bien monté et d'un beau brun doré est un plat facile à réaliser... à condition de bien suivre la recette *(page 189)*.

Traduit de l'américain par Serge Ouvaroff
et revu par Robert J. Courtine.

Table des matières

Présentation 6

I Les provinces et le goût 8

II Une affaire d'état familiale 32

III Une manière bien personnelle 44

IV Les hors-d'œuvre : ouverture du repas 56

V Le pain : cet aliment aussi loyal que croustillant 78

VI Les soupes, riches ou légères 84

VII Les poissons et quelques spécialités étranges 96

VIII Les volailles : un rendement sûr 118

IX Les viandes différencient les cuisines nationales 128

X Les légumes : ils ne sont pas si humbles 152

XI La salade : rafraîchissement du palais 166

XII Fromages, fruits, vins : les plus purs plaisirs de la table 174

XIII Les desserts : l'ultime touche du repas 182

Appendice *Petit guide des vins francais* 196

Index des recettes 199

Glossaire 200

Index général 203

Sources des illustrations et Remerciements 208

Le Répertoire des recettes qui accompagne le présent ouvrage a été conçu spécialement pour être utilisé à la cuisine. Vous y retrouverez les 61 recettes qui figurent dans les pages suivantes, plus 40 autres. Son format réduit et sa reliure à spirale le rendent infiniment plus facile à manier : on peut le faire tenir debout ou le mettre à plat sur la table.

Présentation

C'est bien volontiers que j'ai accepté de présenter cet ouvrage qui, à plus d'un titre, doit intéresser le lecteur.

D'abord, il offre un certain nombre de recettes classiques mais attrayantes et parfaitement détaillées : de ces recettes que la ménagère autorisée retrouve avec plaisir et que la débutante « ne peut pas ne pas réussir ».

Ensuite, il est admirablement illustré et sa présentation prouve, s'il en était besoin, que la cuisine est un art qui s'enrichit au contact des autres arts. Les travaux de Pavlov ont démontré péremptoirement l'influence de la couleur des aliments sur l'appétit. Un joli plat peut n'être pas un bon plat mais un bon plat est toujours agréable à regarder : même en photo, sa couleur plaide pour lui et nous met l'eau à la bouche — pour utiliser une formule toute faite, car mieux vaudrait dire le vin !

Enfin, il y a le texte de Madame Fisher et son intérêt documentaire m'apparaît plus important encore. Si l'on me permet une remarque que l'on jugera sévère, et qui ne l'est point, je dirai : important et intéressant jusque dans ses lacunes.

Car ce texte — paru aux États-Unis, pour des lecteurs américains, ne perdons jamais cela de vue — est un « portrait » de la France à travers sa cuisine, et à travers sa cuisine vue, dégustée, apprise par des Américaines.

On nous a mis en garde contre les généralisations et chacun connaît l'histoire de cet Anglais pour qui toutes les femmes françaises devaient être rousses.

Sans aller jusque-là, tout jugement sur un peuple, ses mœurs, ses coutumes — et, ici, il s'agit de coutumes et de mœurs gourmandes plus personnalisées encore — risque bien évidemment d'être fragmentaire, subjectif et quelque peu faussé. Mais cette inclination même est une indication et peut assurer le jugement. Bien entendu, pour nos amies américaines, le Français n'est plus le « mangeur de grenouilles » qu'il fut pour les Anglais du siècle dernier. Mais il reste un affamé de pain, un amateur de bifteck-frites. L'image que l'on donne de soi-même est toujours un peu de soi-même et si nous ne mangeons plus que 220 grammes de pain par jour, en moyenne, nous restons curieusement des mangeurs de pain.

Ne serait-ce pas alors que, à ce pain, à la qualité de ce pain, nous nous attachons plus qu'à une simple nourriture ? Sans aucun doute et c'est un des mérites de ces « jugements de l'extérieur » de nous réhabiliter à nos propres yeux. Même en se trompant sur la qualité de ce pain, devenu misérable, même en n'en mangeant presque plus, le Français lui reste attaché comme au temps où il gagnait ce pain à la sueur de son front.

Ceci n'est qu'un exemple.

Notre amie n'a pas parcouru toute la France. Elle a aimé Paris, un Paris folkloriquement estudiantin d'avant les contestations, un Paris

rive gauche fait de dînettes, de plats tout préparés achetés chez le traiteur voisin, le « Paris-est-une-fête » d'Hemingway où la Closerie des Lilas était encore une brasserie et Michaud un restaurant. Elle a aimé le Jura, ce qui pourra surprendre, et découvert, ce qui surprend moins, avec la Côte d'Azur, une cuisine à épate, une cuisine de soleil et de fantaisie qui marque pour elle l'apogée de la cuisine française et qui, aussi bien, n'est pas tout à fait la cuisine française mais son accessoire et son reflet latin.

En même temps, elle découvrait les herbes. Ah ! les herbes ! A l'en croire, elles ne sont qu'à nous ; à la lire, on pourrait s'imaginer que le persil, le cerfeuil et la ciboulette, le serpolet et la sarriette, ne poussent pas de l'autre côté de l'Atlantique ! Je me suis renseigné. Eh bien, c'est exact, ou presque. On n'y connaît les herbes qu'en poudre, les herbes sont devenues aromates et non plus herbes. Voilà encore un attrait de ce texte : il croit nous instruire sur notre cuisine vue par l'Amérique, il nous instruit aussi sur la cuisine américaine.

L'auteur s'étonne à chaque coin d'assiette. Nous, c'est son étonnement qui nous surprend. On songe à ce cher Marcel Aymé découvrant l'Amérique. Un journaliste l'interviewait :

— Qu'est-ce qui vous étonne le plus à New York ?

Et, Marcel, très digne : « C'est de m'y voir ! »

Mais cet étonnement des étonnements de notre gourmande est, aussi, instructif. Serions-nous le seul peuple à estimer que « tout est bon dans le cochon » ? En tout cas, nous tirons, « gourmandement » parlant, parti de tout, même des tripes, même des grenouilles, même des escargots, même des abats et Duhamel l'a dit avant moi et mieux : « La France est ce qu'elle est... parce qu'elle invente des fromages, distille des eaux de vie, distingue les champignons, fabrique du sucre, honore les œufs, ne méprise rien de ce qui se mange, même pas les grenouilles, même pas les truffes... »

Ainsi, avant de sourire aux quelques lacunes de ce texte, réfléchissez. Réfléchissez à ce que pourrait être un ouvrage sur la cuisine américaine, œuvre d'un Français gourmand et attentif... Combien d'erreurs commettrait-il, combien d'oublis, de maladresses, de confusions.

Et il en serait de même à propos de n'importe quelle autre cuisine autre qu'autochtone (et encore ! combien la cuisine française fait-elle écrire de sottises à des auteurs français !).

Enfin ceci, qui pour moi compte le plus : de toutes les cuisines du monde, laquelle a tenté suffisamment nos auteurs ? La nôtre ! Quel pays sont-ils venus « tester » ? La France ! C'est un critère en même temps qu'un hommage. Notre cuisine qui est notre meilleure ambassadrice les a reçus en ambassade et, si l'on peut dire, à merci. Ils sont venus, ils ont goûté, ils sont repartis conquis.

Quoiqu'il arrive et malgré les orages de la vie et les hasards de la politique, la France, pour eux, ce sera le gâteau du pâtissier alsacien, le goûtillon de fromage de chèvre dans un mas de Provence, une matelote en bord de Loire, un bifteck-frites à Paris, à l'ombre de la Sorbonne ou sur les quais.

Je ne pense pas qu'un tel acquit soit négligeable.

Robert J. COURTINE
Grand Prix de Littérature gastronomique
Auteur du « Nouveau Larousse gastronomique ».



I

Les provinces et le goût

Les provinces de France n'existent plus en tant qu'entités administratives; en 1789, la France a été divisée en départements, qui correspondent à une trentaine de régions, représentant autant de groupes ethniques; chacune a son histoire, ses coutumes, ses mœurs et, sinon sa langue, du moins son patois; la géographie commande cette répartition en provinces.

L'empreinte des siècles s'avère si puissante que la façon de manger d'un Français traduit son ascendance; on peut distinguer, autant par la stature que par l'accent, le Bourguignon du Provençal, le vigneron du pêcheur, le montagnard du fermier. Les arides pâturages de l'Auvergne, les vallées du Jura consacrées à l'industrie laitière, ont engendré deux types différents et la façon dont les habitants de ces deux régions se sont nourris depuis des siècles leur a forgé des modes de pensée ainsi que des apparences dissemblables (*).

Du point de vue gastronomique, on peut dire que certaines nations ont la mémoire courte; en Australie, en Nouvelle-Zélande, aux États-Unis, au Canada et dans d'autres nations jeunes, la population est composée de personnes qui, en quelques générations, ont abandonné d'ancestrales habitudes culinaires. Il arrivera aux uns ou aux autres de

Un sombre manoir monte la garde à l'entrée d'une crique bretonne, à l'extrémité d'une province qui bénéficie des richesses de la mer.
Un truquage photographique surimpose au premier plan des huîtres à allure de rochers, des clams au dessin délicat, des crevettes et des petits bigorneaux.

(*) - L'auteur, ici, rapporte dans l'édition américaine les dires d'un Suédois ayant longtemps vécu à Paris et prétendant distinguer l'origine des voyageurs du métro rien qu'en les « humant ». Ail = Provence, calvados = Normandie, choucroute = Alsace. C'est de l'humour, mais rien que de l'humour. Cependant la réflexion de cet étranger : « Peu importe qu'il ait quitté sa province depuis longtemps, elle fait partie de sa chair » est très exacte. Paris n'est pas peuplé que de provinciaux mais ceux-ci se retrouvent avec plaisir en des associations folkloriques et, choses à noter, celles-ci prennent généralement le nom d'un plat, d'un mets originaire : Les Gaudes pour ceux de Franche-Comté, la Caillette pour les Drômois, le Musclun pour Nice, etc. (N. du P.).

se souvenir avec mélancolie du Sachertorte, du borsch, du pâté de « steak-and-kidney », voir de confectionner ces plats (que leurs grand-mères préparaient si bien) à l'occasion d'une réunion familiale, propice à l'évocation des vieilles histoires, que l'on ressuscite en savourant la dernière bouchée et en vidant un dernier verre. Avec l'apparition de la cuisine à base de conserves, ces familles modernes se contentent, pour la plupart, de mœurs gastronomiques parfois peu heureuses.

Cette évolution touche moins les foyers français, celui du pêcheur, celui du paysan, vivant sur les mêmes lieux que leurs ancêtres, et parfois sous le même toit, mais également dans les villes où les enfants exilés n'oublient point leur cuisine « native ».

Heureuses provinces où les maîtresses de maison connaissent, font pousser ou cueillent et utilisent les mêmes herbes pour assaisonner des recettes anciennes. La nourriture de la famille suit le rythme des saisons. Que l'agneau arrive à son meilleur stade, et l'on trouvera sur la colline des pousses de thym pour accompagner le rôti; à une certaine époque, les petits pois, les laitues, sont fondants, si délicieux que la famille escompte leur venue sur la table aussi instinctivement que l'oiseau attend le printemps. Que les cerises mûrissent et vite chacun s'en régale; elles garnissent les tendres clafoutis (*). Les plus belles sont mises en bocaux et recouvertes d'eau-de-vie. On les cueille et on les consomme sur place ou on les expédie au plus proche marché. Quoique en France les distances soient relativement courtes, ces produits, pour gagner un lieu de consommation distant d'à peine 100 km, font parfois un large détour, en passant par les Halles, au cœur de Paris.

En province, les principales villes ont chacune leur marché municipal, où la ménagère trouve fruits, légumes, charcuterie et fromages et, d'une façon assez étrange, ces points de vente triomphent des supermarchés, du moins quant à la variété et à la fraîcheur des produits (*). Dans les plus petits villages, on trouve toujours un magasin d'alimentation générale, où les fermiers déposent les produits à écouler le jour même : un panier de haricots verts, un cageot de tomates, un sac de pommes de terre, une cordée d'ail, un baquet d'olives fraîches. Le client a moins de choix qu'au marché, mais tout est frais.

Le moindre hameau a sa boulangerie. Pour ma part, je n'ai connu qu'une exception à cette règle, le village de Le Truel, dans les sauvages gorges du Tarn. Aujourd'hui, cette situation a peut-être changé mais, pour autant que je sache, il y a de nombreuses années que les habitants s'approvisionnent en pain dans le village voisin, depuis le suicide du boulanger, un départ pour l'au-delà considéré comme une trahison, puisque le four était désormais vide.

Chaque région a son pain particulier, et cette variété va de la miche plate, qui garnit la musette du chasseur, à la longue baguette, que le berger glisse avec sa bouteille de vin dans la poche de sa cape. C'est la nourriture axiale du Français des champs. Ici il le sale, là il frotte sa tartine avec un peu d'ail, ou de l'huile, ou encore du jaune d'œuf. Les farines aussi diffèrent selon le moulin. A Aix-en-Provence, on

(*) - Le clafoutis est un dessert du Limousin. Originairement, c'est un flan aux cerises noires, ou guignes. Faute de guignes, on le prépare avec d'autres espèces de cerises et même avec d'autres fruits (prunes, poires, pommes, mais il faudrait mieux dire alors flan de prunes, de poires, de pommes). Les guignes limousines (que les ménagères se gardent bien de dénoyauter) noircissent la pâte à flan et « déteignent ». (N. du P.).

(*) - Ce qui paraît si étrange à l'auteur est bien naturel. En dépit d'une publicité intensive et des facilités obtenues du gouvernement, les super-marchés sont légitimement boudés des consommateurs qui aiment non seulement hésiter devant leur achat, choisir, « taster », mais encore connaître l'origine du produit. En matière de cuisine, le choix est presque plus important que la préparation. (N. du P.).

vend du « pain d'Aix », mais que vous ne trouverez pas au restaurant, car l'eau qui sert à pétrir ce pain a des propriétés minérales spéciales, donnant à la mie une couleur grise, au pain une pâte lourde, d'aspect peu attrayant (pour les non connaisseurs). Le pain est donc un produit typiquement local.

Dans toutes les boulangeries de France, on trouve les pains classiques; le boulanger sort sa fournée quotidiennement au lever du jour. Ces pains sont longs ou ronds, plats ou ventrus, et leur croûte est blanche; d'autres, plus petits et plus serrés, plus bruns aussi, portent, on ne sait trop pourquoi, le nom de « pain de régime ». Le boulanger prépare aussi des petits pains, auxquels les écoliers ajouteront une tablette de chocolat pour le goûter. Un boulanger de ma connaissance préparait des petits pains enrobant une barre de chocolat; tous ses confrères en font-ils autant ? Je ne sais (*).

Les épices et les herbes diffèrent selon le climat et la géographie de la région. Dans les montagnes savoyardes, la cuisine a des parfums incomparables de plantes aromatiques et les mêmes mets (ragoût, soupe, omelette) ont en Bretagne, en Ile-de-France ou ailleurs une toute autre saveur.

Les vieilles coutumes demeurent en cuisine plus qu'en tout

En dépit des bouleversements politiques, des guerres et des invasions, la France a su conserver, depuis 1789, une unité administrative qui a protégé son enseignement et sa culture, mais l'extraordinaire diversité de ses provinces n'en a jamais été altérée. A l'origine, avec leur particularisme, ces provinces constituaient des entités politiques; il s'agissait de duchés, voire de petits royaumes. En dépit de la division du pays en 95 départements, elles demeurent des réalités géographiques, économiques et surtout gastronomiques, et l'on se réfère sans cesse à ces vieux noms régionaux de Bourgogne, de Provence, d'Alsace et de Lorraine.

Même un vieux pays comporte des différences ethniques ! Les pays neufs en ont aussi. De même que, dans certains quartiers de Sydney, on retrouve l'accent italien, ou dans quelques régions du Canada des tonalités slaves, en Alsace et dans une partie de la Lorraine, l'allemand populaire est préféré au français. De même, de Bayonne à Perpignan, on retrouve dans les voyelles et dans les tonalités l'influence des langues ibériques. Les Picards et les Champenois, si proches de la frontière belge, comprennent le flamand, et les Basques l'espagnol. Trois provinces françaises, la Bretagne, le Languedoc et la Provence, ont leurs idiomes, chantés ou parlés depuis des siècles, et encore très employés de nos jours. Plus d'un million de Bretons parlent une langue dérivée du Celte, et les mélodieux accents de la langue d'Oc sont, sans doute, aussi vivants que du temps des troubadours du XIIIe siècle.

Si l'on ne tient pas compte des frontières des provinces, la France, dans sa partie méridionale, est latine, tandis que sa partie septentrionale, d'abord gauloise, s'est enrichie des apports germains, saxons et vikings. Depuis la Seconde Guerre mondiale, et surtout depuis la mise en place du Marché Commun, de nouveaux mélanges ethniques sont amorcés : les Italiens travaillent dans les grandes entreprises de construction, les Polonais œuvrent dans les mines; il existe aussi des mains-d'œuvre algériennes et espagnoles. Cependant, chaque province conserve son carac-

(*) - L'auteur doit vouloir parler du pain de seigle (réservé aux dégustations de coquillages, huîtres et quelquefois fromages), le pain « paysan » contenant plus de son que le pain blanc courant. Les petits pains au chocolat sont souvent briochés. (N. du P.).

Les provinces de France dont les noms évoquent la grande cuisine

En tant qu'entités administratives, les provinces françaises ont cessé d'exister mais leurs noms demeurent, plus caractéristiques que jamais du folklore et de la cuisine. Sur cette carte, les provinces sont groupées en 11 régions, désignées par des lettres de A à K. Sur la page opposée, quelques-unes de leurs contributions aux plaisirs de la table sont mentionnées et le texte du chapitre en donne une description.



A LA BRETAGNE. Cette province a engendré une cuisine simple. La mer lui fournit en abondance des poissons très divers et les huîtres (celles du Belon, cultivées avec soin dans des parcs, sont très réputées). C'est sans doute à la Bretagne que la France doit la recette des exquises crêpes.

B LA NORMANDIE. Cette région peut se flatter à juste titre de produire le beurre, la crème et le lait les plus riches de France. La crème de Normandie entre dans la composition des mets les plus fameux et une grande partie du lait est réservée à la production des fromages normands : camembert, un des fromages les plus réputés qui soient, livarot et pont-l'évêque. La viande des animaux de boucherie de cette région est très appréciée, en particulier la viande des moutons et des agneaux, qui paissent dans les prés salés du littoral. La production des pommes est abondante; ces pommes produisent le cidre, mais aussi un alcool extrêmement fort, le calvados.

C LA CHAMPAGNE. Cette région de France a fait don au monde d'une contribution particulièrement importante; il s'agit du vin pétillant chanté par Voltaire et qui porte son nom. Bien que leur répertoire gastronomique soit limité, les fermiers de la Champagne et des régions avoisinantes ont inventé des tas de recettes pour servir les excellentes cochonnailles qu'ils produisent et, en Flandre, on prepare avec art le très modeste hareng, les plats à la bière et les joyeuses pâtisseries.

D LA TOURAINE. Ce pays est souvent appelé « le jardin de la France ». Ses recettes sont très diversifiées; elles vont de la délicate préparation que constituent des poissons de Loire en aspic au robuste rôti de porc aux pruneaux, une survivance des temps médiévaux. Le long de la vallée de la Loire se dressent des châteaux où autrefois les rois de France venaient se reposer; leurs chefs cuisiniers tiraient le meilleur profit des excellents fruits et légumes de la région. La Touraine fournit à la France quelques-uns de ses meilleurs raisins de chasselas.

E L'ILE-DE-FRANCE. Les terres qui entourent Paris sont en fait le berceau des recettes qui constituent la « grande cuisine ». C'est au fond des sombres cuisines des châteaux de l'Ile-de-France que la cuisine française est devenue un art. Une véritable compétition régnait entre les cuisiniers, qui tous cherchaient à confectionner des mets particulièrement élaborés. Leurs maîtres s'efforçaient sans cesse d'affiner leur goût, pour mieux apprécier les plats qui leur étaient servis. Si la cuisine de l'Ile-de-France n'est guère très typique, du moins a-t-elle su tirer profit de toutes les inventions des cuisines régionales.

F L'ALSACE ET LA LORRAINE. Ces provinces ont été germanisées et leur cuisine garde des traces de cette occupation. Les saucisses et la choucroute ont une vigueur toute allemande. La cuisine lorraine est déjà plus française. Le plat le plus typique, la quiche lorraine, est une tarte garnie d'une crème aux œufs et de lard fumé. Cette province est également réputée pour sa potée, une soupe aux choux enrichie de viande de porc et de légumes. Très fruités, les vins d'Alsace rappellent les vins allemands.

G LA BOURGOGNE. Cette région de France est mondialement réputée pour ses vins; les vins blancs au caractère aristocratique et les vins rouges très généreux jouent un grand rôle dans la cuisine bourguignonne. Certains bourgognes rouges constituent un des éléments essentiels dans la préparation du bœuf bourguignon, le plus somptueux de tous les braisés ainsi que dans la confection de divers autres plats de la région. La Foire annuelle de la Gastronomie, qui se tient à Dijon, capitale de la moutarde, attire des gourmets de toutes les parties du monde.

H LE BORDELAIS. Bordeaux et sa région sont mondialement réputés en raison des vins de Bordeaux, qui rivalisent avec ceux de la Bourgogne. Les cuisinières et les maîtres queux bordelais ont élaboré toute une cuisine pour accompagner ces vins et les gourmets bordelais sont parmi les plus exigeants. La région voisine de Cognac, dans les Charentes, constitue le fief d'un alcool prestigieux et, dans le Périgord, on récolte les truffes, qui enrichissent les pâtés de foie gras, un des mets les plus délicats de la table française.

I LA FRANCHE-COMTÉ. Cette province, comme sa voisine la Savoie et une partie du Dauphiné, est plutôt montagneuse; la cuisine y est aussi robuste que le climat y est rude. Sa contribution majeure à la cuisine nationale demeure sans doute le poulet de Bresse, une volaille à la chair si délicate que les connaisseurs préfèrent qu'elle soit servie rôtie. Toute sauce en abîmerait la finesse. Les Francs-Comtois ne sauraient boire tout le lait que donnent leurs vaches, aussi une grande partie de cette production est-elle réservée à la fabrication des fromages, dont le plus réputé est sans conteste le comté, une version française du gruyère suisse.

J LE LANGUEDOC, LE COMTÉ DE FOIX ET LE ROUSSILLON. Voici très longtemps, le Languedoc était une des marches de l'Empire romain et la cuisine de ce terroir garde des vestiges de cette occupation. Les Languedociens sont extrêmement fiers de leur cassoulet qui est un riche mélange de saucisses et de haricots, auxquels on ajoute au choix de l'oie, du porc ou du mouton. Plus à l'ouest, le long des Pyrénées, dans le Roussillon et la région de Foix, le Pays Basque, la cuisine subit l'influence de l'Espagne, en particulier dans la préparation des omelettes que l'on garnit de piments doux, de tomates et de jambon.

K LA PROVENCE. Depuis un siècle, la Provence attire les touristes. Comme dans d'autres contrées du bord de la Méditerranée, la cuisine fait une large consommation d'ail, d'huile d'olive et de tomates. Tous ces ingrédients entrent dans la préparation de la fameuse bouillabaisse, qui comporte parfois plus de 12 genres de poissons ou de crustacés. En règle générale, la cuisine provençale est plus parfumée que celles des régions du Nord de la France.

tère, que même le temps ne paraît pas déformer. Le fromage continue à être le reflet des divers terroirs, les huîtres à prospérer dans les parcs du littoral atlantique. Les champs de tomates, les vergers d'amandiers, les oliveraies sont toujours aussi florissants dans le Sud. Les vignobles sont aussi prospères que les champs de blé à travers le pays et, comme ces peuples décidés à survivre avec élégance contre vents et marées, les Français s'acharnent à conserver leurs caractères propres à toutes les régions de ce pays si diversifié qui est le leur.

La Normandie et la Bretagne

Pour des raisons de clarté (et cette simplification est indispensable en gastronomie), les quelque 30 provinces françaises seront traitées par groupes, ainsi qu'il ressort de la carte de la page 12.

La Normandie et la Bretagne ont des caractères communs; elles forment la côte nord-ouest du pays : les poissons, les pommes abondent et les agneaux des prés salés enrichissent les marchés. Cependant, il existe entre ces deux provinces des différences subtiles, d'autres fondamentales. La côte normande est plus calme et la Manche la caresse de ses vagues plus qu'elle ne l'attaque à coups de lames. La marée basse découvre de vastes plages. Les flottilles de pêche appareillent pour rechercher des délicates soles et poussent jusqu'en mer du Nord pour guetter pendant des semaines des bancs de harengs ou de morues. Ourlant ce littoral de plages et de ports, les riches prairies normandes sont vertes et somptueuses. J'étais encore jeune lorsque, débarquant à Cherbourg, j'ai traversé pour la première fois la Normandie pour gagner Paris et, bien que la réalité soit quelque peu différente, je revois encore dans les prés ces petites vaches grasses, aux robes d'un dégradé crémeux, évocatrices d'un beurre au goût de noisette. Elles paissaient tranquillement sous des pommiers chatoyants de lueurs grenat ou rubis.

Les Normands sont forts et courageux, comme il se doit d'une race qui a donné le jour à un Guillaume le Conquérant, et qui, depuis mille ans, apporte à la France un des éléments de sa force. Ils mangent bien, travaillent dur; ils habitent une des rares contrées de France qui n'aient pas de vignobles, mais le cidre et l'alcool qu'ils tirent de la pomme, le calvados, remplacent fort bien le vin; la cuisine normande, à base de pommes diaprées comme des bijoux et de beurre crémeux, que fournissent ces petites vaches, est une des meilleures qui soient. En associant ces éléments aux poissons de la Manche, aux agneaux des prés salés, aux veaux de lait, aux fromages du pays, au miel parfumé à la fleur de pommier, on obtient une cuisine haute en couleur.

Certes, la Bretagne possède aussi des prés, mais ils sont éloignés du rivage, dont les avancées rocheuses se projettent en Atlantique. Les Bretons ont aussi leurs pommes, mais elles sont plus petites et plus acides. Les moutons qui paissent sur la lande ont une chair exquise mais qui est plus salée et exige une cuisson spéciale.

En Bretagne, même les légumes ont un parfum de mer; rien d'étonnant, dans les jardins potagers le goémon sert d'engrais ! Les sardines, les harengs, les maquereaux, les thons pêchés au large sont généralement mis en conserve ou salés. On trouve aussi le long des côtes des huîtres ou des homards, que leurs coquillages ou leurs carapaces protègent des tempêtes; ils sont expédiés tout vivants dans les différentes régions de la France et jusqu'en Angleterre. La côte fournit des palourdes, des coquilles Saint-Jacques et des soles, particulièrement succulentes simplement enduites de beurre salé et cuites à la bretonne. La région donne un vin délicat et parfumé, le muscadet, qui accompagne avec



Sur le marché en plein air de Villeneuve-de-Marsan, en Gascogne, les clients se mêlent aux marchands qui viennent vendre des tomates, des épinards, de l'ail, des carottes, des artichauts et les autres légumes récoltés dans leurs jardins.

bonheur ces mets aux textures délicates, aux saveurs subtiles. On peut se contenter de cidre, cette boisson qui coule à flots en Bretagne et dont les tenants discutent aussi sérieusement que les Bourguignons ou les Bordelais de leurs crus. Le dégustateur connaît son origine, son âge, sa mise en bouteilles, à moins qu'il ne se satisfasse d'un cidre servi en pichet.

Pour le touriste, ces Bretons, qui ont fourni quelques-uns des plus grands marins et des meilleurs pêcheurs du monde, et leur pays, cette Bretagne si déchiquetée, paraissent plus éloignés de la civilisation que les Normands et leur paisible Normandie. A la différence des Normands au sang si mêlé, ils sont de purs Celtes, et tous parlent encore le breton, cette langue ancestrale qui remonte aux temps où des invasions les chassèrent d'Angleterre, voici quinze siècles.

D'une façon ou d'une autre, ils sont intimement liés aux puissances mystérieuses de la mer et leur profonde religiosité remonte bien au-delà du christianisme, même s'ils adoptèrent rapidement celui-ci.

Les touristes qui viennent photographier ou peindre les dolmens et les menhirs et relisent les légendes druidiques, qui assistent aux pardons, ont l'impression, du point de vue gastronomique, que les Bretons

les dédaignent. Pour la plupart, les produits de la terre et de la mer sont expédiés sur Paris, mais le voyageur trouvera, entre autres spécialités, des saucisses, de la cotriade, une soupe de poissons très épicée (*), des crêpes larges et fines, que l'on roule en paquets triangulaires ou rectangulaires avec à l'intérieur du beurre ou du fromage, du miel ou de la confiture. Sautées dans une poêle noire, ces crêpes sont servies chaudes avec une pincée de sel ou de sucre, par des vendeurs qui s'activent sur les marchés; les crêperies abondent le long des quais des petits ports. Les produits les plus remarquables demeurent la langouste, la sole, le turbot, la raie et le maquereau, que l'on prépare simplement avec du beurre, un peu de muscadet, ou un filet de jus de citron. Qui songerait à faire cuire des huîtres, des palourdes, lorsque ces coquillages peuvent être dégustés frais au sortir de la mer ? Les profanes peuvent préférer aux crêpes bretonnes les crêpes suzette, une préparation de chef, et demander que le homard soit cuit à l'américaine, une spécialité que l'on prétend provençale mais, en Bretagne, les crêpes et le homard doivent être dégustés à

(*) - Cette bouillabaisse atlantique n'est en fait nullement épicée. Faite de poissons blancs, quelquefois de homard, avec des pommes de terre, la cotriade est crémée. Le poisson servi à part est dégusté avec une vinaigrette.

Peut-on ajouter que l'auteur a oublié le Gros-Plant nantais que beaucoup de gastronomes préfèrent au muscadets, lequel n'est pas négligeable pour autant.

Les crêpes peuvent être de sarrasin ou de froment. (N. du P.).



Le soleil couchant éclaire ces barques de pêche échouées à marée basse sur une longue grève de sable dans le Nord de la Bretagne. Les maisons que l'on aperçoit font partie du petit port de Cancale, célèbre pour ses huîtres et ses palourdes.



Ce pêcheur breton prélève des homards de son vivier pour garnir le seau qu'il portera au marché. Ce vivier est immergé dans l'eau de la mer et lui permet de conserver bien vivants les homards qu'il a pêchés dans ses casiers. A l'arrière-plan, on aperçoit les parcs à huîtres munis de vannes, permettant leur remplissage à marée montante; ces parcs protègent les huîtres pendant leur croissance.

L'Alsace et la Lorraine

A partir de ces plaines, le pays lorrain s'élève pour rejoindre les Vosges, puis la plaine d'Alsace. C'est un pays aux riches champs de céréales et ses fruits fournissent, grâce à la distillation, les meilleures eaux-de-vie : le kirsch, la mirabelle, la framboise, sans compter les amusantes eaux-de-vie de houx, de sureau, de gratte-culs, de merises, etc. Ces produits sont particulièrement précieux parce que leur distillation ne s'effectue que sur une petite échelle. Le sol alsacien est l'objet d'une polyculture et les vignobles font de l'Alsace une province vinicole aussi réputée que la Bourgogne et le Bordelais. Au regard du gastronome, la région est également importante pour ses oies, qui donnent le fameux foie gras; il peut être consommé en fines tranches de foie naturel ou utilisé pour la production des pâtés de foie gras. Aucune partie de l'oie n'est perdue pour la ménagère alsacienne et sa chair lui permet de réaliser de nombreux miracles culinaires. L'Alsacien est économe et rusé, aussi le cochon (qui comme l'oie est totalement utilisable) a-t-il une grande importance dans l'économie alimentaire du pays. A juste titre, les saucisses et les jambons de la région sont réputés.

Avec les prunes, les pommes, les cerises, les Alsaciens confectionnent

la mode du pays, une mode plus que séculaire. Le touriste n'aura qu'à se frayer un chemin dans la foule pour découvrir, derrière les magasins qui vendent des cartes postales, voire derrière les menhirs, le petit restaurant de pêcheurs ou l'auberge sympathique...

La Champagne et les provinces du Nord

Le littoral du Nord ressemble à la côte normande; les courants se font plus violents dans le Pas-de-Calais, où les pêcheurs ont fait de Boulogne le plus important port de pêche français. Point de vergers, ni de pâturages; l'arrière-pays plat donne une impression d'étendue sans fin. Avec ses champs de blé ou de seigle, de betteraves ou de pommes de terre, le Nord fournit une grande partie de l'alimentation de la France, mais nourrit aussi les habitants du pays, gros consommateurs de pommes de terre et de sucre. Sur la table, tout est fort et les fromages ont de puissants relents, même lorsqu'ils ne sont pas trop faits. La bière ordinaire et la bière forte constituent la boisson locale et on les utilise dans la préparation d'un genre de bœuf bouilli, les carbonnades à la flamande.

Le sanglier est un gibier recherché. La chasse en forêt de cet animal est dangereuse mais, à moins qu'il ne s'agisse de marcassins, ce gibier fournit une des viandes les plus fortes d'Europe. Elle n'est bonne à déguster qu'après un long séjour dans une marinade, également forte.

Plus au sud, s'étend la plaine champenoise, qui progressivement devient vallonnée; c'est la région des vignes. La Marne, la Seine traversent cette province aux crus prestigieux. Des siècles de ruses paysannes ont permis de tirer de cette terre le meilleur des rendements. Alors qu'ailleurs l'on déboisait, la forêt champenoise a été protégée depuis 1500 ans; elle est giboyeuse, pour le plus grand plaisir du Français, aussi amateur de chasse que de pain et de vin. Les couches crayeuses, que recouvre la terre meuble, ont été respectées. Elles assurent aux vignobles un excellent drainage et les caves, creusées dans ces couches, abritent sur des kilomètres les bouteilles qu'il est bon de laisser vieillir. S'il est aisé de vider une bouteille de champagne, il est difficile de la fabriquer. La champagnisation pratiquée hors de la Champagne ne produit, du moins légalement, que du mousseux. Le champagne est donc d'un prix de revient élevé et on ne l'emploie pas dans la cuisine. Les recettes à base de vin de Champagne, et qui impliquent une cuisson, ne doivent donc faire appel qu'à des vins champenois ordinaires et non au somptueux breuvage pétillant que Dom Pérignon sut découvrir au XVIIe siècle (*). Le champagne non champagnisé est également exquis à boire, de même que le vin rouge nature, le Bouzy par exemple.

Les habitants du Nord de la Champagne sont élancés, blonds avec des yeux bleus. Ils subissent l'influence ethnique de leurs voisins les Belges et les Lorrains, habitués à une alimentation destinée à leur permettre de supporter un climat rigoureux : du porc, des pommes de terre, du chou, de la bière; ces terres plates se prêtent d'ailleurs à la production de ces aliments. Plus au sud, le type se rapproche de l'ascendance gauloise; l'homme est brun et plus petit. Comme le gibier et le vin abondent, la cuisine gagne en complexité. Les forêts et les vignobles accaparent la terre, au détriment de l'élevage mais les jambons, les poulets, les poissons de cette région sont réputés.

(*) - Mais si justement ! La cuisine au champagne est de la très grande cuisine et sa mousse donne au plat une subtilité incomparable. On peut citer le saumon au champagne de Lucas-Carton, les huîtres au champagne (dites huîtres à la Robert J. Courtine, excusez-m'en !) du Petit Bedon, la fricassée de volaille au Bollinger de chez Lasserre et quelques autres réussites du même genre.

des tartes succulentes. Dans cette Alsace riche en vins et en produits alimentaires, mais éternel enjeu politique, l'influence germanique demeure importante et se reflète dans les mets, les coutumes et même l'architecture. Que règne la paix ou la guerre, les saumons n'en continuent pas moins à sauter des eaux du Rhin ou de l'Ill dans les cuisines, les cigognes, perchées en haut des cheminées, à émettre avec le bec d'étranges roulements d'amour ou de défi, et sur le fourneau la choucroute cuit à petit feu en attendant la sortie de la messe dominicale.

Au sud, les contreforts du Jura se découpent à l'horizon et, entre l'Alsace et la Lorraine, s'allongent les Vosges. Des rivières à truites sillonnent ces hauteurs et le tapis vert des plateaux est semé de fermes; leurs propriétaires tirent un grand profit des œufs, du beurre et du lait.

Le fromage à la crème, souvent utilisé à la place du beurre, est très apprécié, ainsi d'ailleurs que le munster qui, lorsqu'il est à point, bien crémeux dans sa croûte, dégage un très agréable parfum. En hiver, à Strasbourg, lorsque j'étais jeune, le dimanche, en rentrant de promenade, j'entrais dans une brasserie pour commander une « assiette de munster » : un bon morceau de fromage fort et bien coulant, un bol d'oignons crus hachés, un petit bol de graines de cumin et un morceau de pain à la croûte dorée. Ce mets exigeait la forte bière blonde du cru, mais le pinot rouge, très frais, est aussi excellent avec le munster. Le contenu de l'assiette disparaissait vite; il ne restait guère qu'une demi-douzaine de grains de cumin au fond du bol. Bref, après des heures de marche dans les sombres forêts ou à travers les rues glacées de la ville, ce mets constituait un goûter idéal. Aujourd'hui, placé dans des circonstances différentes, il m'étendrait raide.

Sur cet éventaire, un marchand de Saint-Malo offre aux clients les moules qu'il a ramassées, le jour même, dans les parcs, à Le Vivier-sur-Mer.





La douce vie de l'habitant de la Touraine

Diverses régions prétendent au titre de jardin de la France, mais il revient à la Touraine, fertile et accueillante avec ses champs, ses fraîches rivières. La contrée respire l'élégance, peut-être en raison de la présence d'une noblesse qui a su essaimer des châteaux à travers le pays et donner du cachet aux riches fermes et aux cours d'eau. Partout, du manoir à la simple caverne, taillée dans une colline crayeuse pour servir de demeure ou de cave troglodyte, c'est la même hospitalité. Cet Eden est réputé pour les bonnes manières et le beau langage de



Des moutons paissent dans un pré au bord de la mer dans la région du mont Saint-Michel. Ces troupeaux fournissent des viandes de mouton ou d'agneau, connues sous le nom de «prés-salés» et qui sont particulièrement appréciées des gourmets en raison du goût un peu salé que ces herbages donnent à la chair de l'animal.

ses habitants; ses vins blancs, secs ou doux, et qu'à tort on confond sous le nom général de vouvray, se marient parfaitement à la subtile netteté de la cuisine tourangelle, qu'il s'agisse du brochet à la chair délicate ou de la solide tarte aux prunes. Ses vignobles produisent également des vins rouges, le chinon ou le bourgueil, aussi indispensables sur la table que dans la préparation du civet de lapin ou de la matelote d'anguille.

La cuisine provençale ne saurait se passer d'ail, pas plus que celle de la Touraine ne se conçoit sans échalote. L'estragon, la sarriette, la noix de muscade, le vinaigre de vin doux concourent à donner une

fraîcheur particulière aux mets. On se sert à profusion de crème et de beurre. Les saumons, les truites, les brochets, les goujons foisonnent dans les gracieux cours d'eau et jusque dans le lit majestueux de la Loire.

En Touraine, le jardin clos de murs, qu'il appartienne au château ou à une modeste demeure, fait partie du paysage et produit toute l'année des légumes, ainsi que de délicieux fruits, que l'on cultive en espaliers. Certains de ces jardins donnent des primeurs, qui atteignent Paris quinze jours avant ceux de l'Ile-de-France et, bien à l'abri dans des chambres froides, de somptueuses grappes de raisin aspirent l'eau de bacs spéciaux, en attendant d'être expédiées aux commerçants pour satisfaire les gourmets fortunés. Les magnifiques fruits de l'été sont séchés ou mis en conserve, ou transformés en confitures et en gelées. Toute cuisine tourangelle digne de ce nom présente, alignés sur ses étagères, des terrines, des bocaux, des jarres contenant, outre ces conserves de fruits, du miel, des pâtés, des confits de porc et de lapin, sans compter les célèbres rillettes et rillons de porc, de lapin ou d'oie. Bien que la Touraine expédie ces produits dans les grands restaurants éparpillés en France, ses habitants s'en régalent à l'occasion d'une fête et même pour leurs repas quotidiens. Dans cette douce province au climat tempéré et que la nature a favorisée en lui octroyant un riche sol crayeux, qu'elle a aussi dotée de rivières aux eaux claires, arrosant d'innombrables champs, les Tourangeaux vivent avec grâce depuis des siècles. C'est sans doute à bon droit qu'ils se proclament les « vrais » Français et qu'ils soutiennent que leur cuisine est la plus typiquement française de par sa simplicité et son intelligence.

L'Ile-de-France, si fière d'entourer Paris !

Les habitants de l'Ile-de-France éprouvent une pointe de jalousie lorsque, à propos d'une autre province, on dit qu'elle est typiquement française, car Paris leur appartient, ce qui ne les empêche pas de prétendre à d'autres titres. Honneur redoutable, dira-t-on du strict point de vue provincial, car la métropole accapare l'attention et, ville gigantesque, tend à absorber la contrée avoisinante. Pour qui arrive dans la Ville Lumière par la voie des airs, la lutte de la cité et de la campagne paraît moins tragique; le paysage est splendide, les champs, les forêts pressent les faubourgs de toutes parts, et Paris, désormais, n'est qu'une partie de l'Ile-de-France.

Certes, tous les produits de qualité que l'homme arrache à ses prés, à ses champs, à ses rivières affluent jusqu'à Paris, capitale gastronomique du monde occidental. En Ile-de-France, la chasse est un art raffiné et d'ailleurs, dans la vaste forêt de Fontainebleau, aux sous-bois parfaitement entretenus, on la pratique avec élégance depuis des siècles. Il en est de même de la forêt de Compiègne et d'une douzaine d'autres, ainsi que des boqueteaux de l'Orléanais. Inventées au fond de quelque grande cuisine campagnarde, des recettes de tous genres, permettant de préparer le gibier, du faisan au perdreau, du cerf au marcassin, en passant par le lièvre, deviennent célèbres en atteignant Paris. De toutes les directions, les cours d'eau poissonneux affluent à la Marne et à la Seine. Comme les excellentes pièces de bœuf et de porc de la région, ces poissons sont l'objet d'une préparation simple et tout l'art du cuisinier réside dans la réussite des sauces qui les accompagnent.

Entourant la capitale d'un véritable cercle, les terrains des maraîchers produisent des fruits et des légumes de qualité et ces exploitations s'étendent à l'ouest, jusqu'aux vastes plaines à blé de la région de



Ces vaches laitières broutent dans une riche prairie, au pied du versant alsacien des Vosges. Ce lait sert à la confection de la pâtisserie mais aussi à celle de fromages crémeux et, en particulier, du munster.

Chartres, à l'est jusqu'à une zone de pâturages bordant la Champagne, et qui produisent le brie, un fromage à la pâte onctueuse. Dans les bois, on cueille encore des champignons et des fraises sauvages, mais ces deux produits sont également fournis en grandes quantités par les champignonnières et les serres de la région, et parfois les fraises sont cultivées en plein champ.

Des ruches on tire le célèbre miel du Gâtinais, dont le parfum combine les fragrances de toutes les fleurs des champs ou des parterres jardiniers. Les abeilles bourdonnent autour des acacias en fleurs et des pins, des poiriers, des pêchers et des pommiers à l'époque de la floraison. Certaines parties de cet immense jardin sont propices à la culture hâtive des pois et des haricots, d'autres à celle des asperges et des haricots verts. Le raisin de table, aussi célèbre que celui de la Touraine, les pêches, les amandes ont un parfum particulièrement exquis.

D'aucuns croient que ces parfums si typiques proviennent de la richesse du sol du Bassin Parisien, mais des générations d'artistes — et les habitants abondent dans ce sens — en attribuent le mérite aux

tendres nuances grises ou aux transparentes luminosités bleutées d'un ciel toujours doux (*).

La richesse de la Bourgogne

Comparés aux vignobles bourguignons, ceux disparus du Bassin Parisien paraissaient bien modestes. Nichée dans les collines de la Bourgogne les plus proches de Paris, on découvre la petite région vinicole de Chablis. La Côte-d'Or, un unique versant qui borde la vallée de la Saône, fournit des vins plus fameux encore. Les deux tiers septentrionaux de la province donnent les grands bourgognes rouges, et le reste, des vins blancs secs. Beaune, ce grand centre vinicole, est construit sur un véritable labyrinthe de celliers qui renferment quelques-uns des crus les plus fameux du monde.

Fort heureusement, les produits de la région sont suffisamment riches et abondants pour supporter le compagnonnage de tels fûts et de si bonnes bouteilles. Les poulets de Bresse, les bœufs du Charolais, les escargots nourris de feuilles de vigne, la moutarde noire, qui pousse dans de vastes champs, autant d'éléments qui contribuent à donner à la cuisine bourguignonne cette robustesse qui a fait son renom depuis des siècles. Les Bourguignons sont gros mangeurs et leurs festins n'ont guère perdu de leur éclat depuis l'époque du Téméraire.

Ils boivent les vins de leurs vignobles et les crus produits par leurs voisins; le renom de leurs plats vient des vins qui entrent dans leur préparation; c'est à plein goulot et sans parcimonie que l'on prépare, avec des vins blancs ou des vins rouges, le bœuf bourguignon, le coq au vin, les sauces et les marinades. Le gibier, les poissons, sont l'objet de préparations analogues, à base de bon vin. La région produit l'excellent miel nécessaire aux quantités considérables de pain d'épice fabriqué à Dijon. Les fruits à la chair ferme de cette province donnent de très bonnes confitures. Gonflées de suc, les grappes des cassis cultivés par champs entiers fournissent la fameuse liqueur de cassis et, à la graine de moutarde, on ajoute du vinaigre de vin pour obtenir un condiment de réputation mondiale : la moutarde de Dijon. Autre spécialité : le jambon mis en gelée avec du persil. Prestigieuse suite de hauteurs, la Côte-d'Or constitue un des hauts lieux de la Bourgogne, le cœur du pays, en quelque sorte, dans la mesure même où la Bourgogne aime à se prétendre le sanctuaire de la gastronomie, prétention qui d'ailleurs suscite les justes sarcasmes d'une autre capitale des plaisirs de la table, la ville de Lyon !

La belle et sauvage région de la Franche-Comté

Par souci de simplification, ajoutons à la Franche-Comté, la Savoie et le Dauphiné. Ces provinces s'étendent au sud de l'Alsace et de la Lorraine, bordées à l'est par la Suisse et l'Italie, au sud par la Provence. Aux sites sauvages s'opposent certains riches paysages; la chaîne du Jura traverse la Franche-Comté et descend vers le lac Léman, et au-delà on atteint les contreforts des Alpes. Sur les premières pentes, le voyageur découvre des lacs, des champs et des pâturages. Au fond des vallées, les vignobles donnent d'excellents vins, dont le Franc-

(*) - Certes on cultive de moins en moins autour de Paris. Les carottes de Croissy, les asperges d'Argenteuil, les pêches de Montreuil nous restent à l'état d'échantillons, et l'on a oublié les navets de Fresneuse, les petits pois de Clamart s'il reste des haricots à Arpajon. Mais, surtout, il convient de préciser que l'Ile-de-France a « créé » quelques plats savoureux, des matelotes aux fritures, des gibelotes au miroton, sans compter la crème Chantilly, la sauce béarnaise et quelques autres richesses de la table.

Comtois se régale quotidiennement. Les eaux froides des torrents sont assez poissonneuses et l'on y pêche aussi l'écrevisse. Dans la moindre petite auberge, on peut commander la fameuse truite au bleu (*) et le gratin de queues d'écrevisses, un mets qui rendrait jaloux le maître queux de n'importe quel grand restaurant parisien. Les prés et les bois sont riches en champignons délicieux, parmi lesquels les morilles ont une place particulière, mais la région est aussi très giboyeuse. Rien d'étonnant donc à ce que l'on trouve d'excellentes recettes de civet de lièvre, ou de très bonnes manières de préparer les venaisons et en particulier le sanglier. Là où l'on est censé bien manger, ces recettes sont classiques.

Cette cuisine, aussi subtile que forte, fait d'ailleurs une large place aux herbes qui poussent dans les régions montagneuses et, sur la table de la cuisine, les œufs, les poulets voisinent avec les pots de miel diversement parfumés et les paniers de baies sauvages. Un peu partout dans le monde entier, on aime à servir des fricassées ou des omelettes typiquement franc-comtoises, mais hélas ces mets n'ont pas la fraîche saveur de leur pays d'origine. Le porc est très apprécié et, pendant la longue et rigoureuse saison hivernale, le porc cuit à l'étouffée ou à la casserole, les saucisses aussi, sont très recherchés pour leur pouvoir calorifique. Cependant, le bétail de la région est surtout composé de

(*) - On pouvait, hélas ! car la législation actuelle empêche les restaurateurs de servir d'autres truites que d'élevage et c'est chez l'habitant que vous vous régalerez des « vraies » truites de torrents.



Dans ce village alsacien de Ittenheim, une paysanne fait la chaîne pour charger des choux sur un camion.
Préalablement équeutés et débarrassés des feuilles extérieures, ces choux sont prêts à la consommation.



moutons et de vaches. L'été, on les conduit jusqu'aux alpages, mais l'hiver le bétail trouve abri dans l'étable contiguë à la maison; on lui fournit un foin âcre et parfumé, on le soigne avec vigilance, car il donne le beurre nécessaire à la cuisine et surtout le lait indispensable à la confection des fromages, en particulier le comté, ce gruyère français, puis en Savoie, le reblochon, sans compter les bleus, ou la tomme,

Les montagnards et les fermiers franc-comtois ou savoyards sont rudes et francs. Leur cuisine trahit leur respect de la nature, des forêts, des prés, des torrents qui leur fournissent la nourriture. L'hiver, lorsque la neige les empêche de sortir, ils s'enferment dans leurs demeures, à la fois simples et douillettes, et s'occupent à travailler le bois ou à faire des travaux d'horlogerie, tout en consommant les exquises provisions accumulées pendant les longues journées d'été. De l'autre côté du mur, les vaches, le cochon, les poules prospèrent. A l'autre bout de la demeure, les fromages s'affinent, non loin des rangées de bonnes bouteilles de vin, etc...

La Provence, d'une simplicité généreuse, et le Languedoc

Au sud, s'ouvre la Provence où la vie est différente; le Provençal constitue un type à part, qui résulte du brassage de toutes les populations du bord de la Méditerranée. Hommes et femmes sont plutôt





La remorque, que doit traîner un vélomoteur contient des paniers de persil. Le fermier transportera ce persil au marché de Cavaillon, en Provence.

Aux abords de Lourmarin, ce champ de carottes accumule la chaleur du soleil de cet après-midi provençal. En Provence, la saison propice à la croissance des plantes est particulièrement longue.

petits, très bruns, de tempérament impétueux et le pays possède son idiome et presque sa religion. L'air peut être limpide sous un ciel d'un bleu étincelant ou, tout au contraire, presque opaque en hiver lorsque souffle le mistral chargé de poussières. Ici, la luminosité des paysages est entièrement différente de celle que dispensent les doux cieux de l'Ile-de-France et ils ne rappellent en rien les brumes ou les horizons bleu-gris de la Bretagne.

Opérant souvent de nuit au lamparot, les pêcheurs de la côte provençale ramènent des fonds rocheux d'étranges poissons, qui entrent dans la composition de la bouillabaisse, de la bourride et de la simple soupe aux poissons.

Dans la vallée du Rhône et les collines de l'arrière-pays prospèrent d'excellents vignobles. Partout où il peut enfoncer ses racines dans la terre desséchée, l'olivier, amené par les Grecs, fournit ses fruits qui permettent entre autres la fabrication de l'huile d'olive, indispensable à la cuisine provençale. La tomate et l'ail, que l'on associe à juste titre à de nombreux plats à la provençale, poussent en abondance, de même que les herbes aromatiques, que l'on cueille jusque sur les bords des fossés. Leurs parfums rendent l'air entêtant. Fraîchement cueillies, on les utilise en grandes quantités et on en fait aussi d'innombrables bouquets, que l'on laisse sécher et que l'on conserve dans des bocaux ou des jarres, non sans avoir ajouté un peu de poudre de lavande, d'écorce



Le raisin qui mûrit dans ce vignoble des bords de la Gironde, un Cabernet Sauvignon, donnera un excellent bordeaux rouge, le Saint-Estèphe. Ce vin porte le nom d'un village, situé au nord-ouest de Bordeaux. Sur le territoire de la commune voisine, on produit trois crus fameux : le Château-Lafite, le Château-Latour et le Château Mouton-Rothschild.

d'orange ou quelque autre herbe, afin d'obtenir une composition particulière à chaque demeure.

Dans les plaines qui entourent Avignon, les primeurs, des melons et des fruits prospèrent à l'abri des alignements de cyprès ou des palissades de bambous, qui les protègent du mistral, et la production est si abondante qu'une fois satisfaites les demandes en provenance du Nord de la France, les cultivateurs peuvent alimenter les marchés locaux; grâce à la douceur du climat, ces marchés se tiennent toute l'année.

En Provence, on récolte aussi des truffes et d'excellents escargots; on y chasse la grive dont la chair donne de succulents pâtés. Même les plaines salines et désolées de la Camargue fournissent certains produits; le riz qu'on y récolte, les moutons et les bœufs qu'on y élève ont un goût particulier, apprécié des gourmets et évidemment des Provençaux

eux-mêmes. Les méridionaux mangent et boivent avec une indéfectible ardeur les produits de la Provence mais, parce que toujours très aliacée et odorante à l'excès, leur cuisine demeure différente de celles que l'on pratique dans d'autres régions de la France où le climat est plus rude.

Plus à l'est, sur la Riviera, l'influence italienne se fait sentir sur des plats comme la ratatouille (un mélange d'aubergines, de courgettes et de tomates), ou la salade niçoise. A l'ouest, près de l'Espagne, s'étend le Languedoc, royaume du cassoulet, savante préparation où le haricot se marie à de la charcuterie pour escorter le confit d'oie; Carcassonne, Castelnaudary et Toulouse se flattent les unes et les autres de posséder la meilleure recette. (Tous ces cassoulets sont d'ailleurs excellents.) Depuis très longtemps, la controverse entre ces trois cités fait rage, ou plutôt mijote — comme il se doit en matière de cassoulet.

Cependant, l'amateur toulousain s'offusquera qu'on lui serve, sous la dénomination de cassoulet, un plat qui ne contienne pas une saucisse de Toulouse avec la large part de confit d'oie. (A noter que si l'oie donne son foie pour la confection des fameuses terrines de foie gras, un mets aussi réputé que le pâté de foie gras alsacien, mais plus riche parce que garni de truffes, il est tout naturel que le reste de l'oie serve à la confection des confits). D'autre part, le gourmet natif de Carcassonne sera très malheureux s'il ne trouve pas de mouton (gigot ou poitrine) dans son cassoulet et celui de Castelnaudary supportera difficilement que ce mets ne soit pas largement à base de porc.

La Méditerranée baigne aussi la côte languedocienne et l'air comme la terre exhalent un parfum d'huile d'olive, de belles tomates mûres, d'aulx nacrés. Boisson principale du Midi, le pastis épand son vigoureux parfum, dès que la besogne risque de devenir fastidieuse et que la terrasse du café n'est pas trop éloignée. Sur les lèvres et jusque dans l'haleine, on conserve un goût de sel, des fragrances d'herbes aromatiques. Si dans cette région la vie n'est pas toujours aisée, du moins demeure-t-elle simple et agréable.

Le Bordelais

La vie est également douce dans le Sud-Ouest; cette région englobe le Béarn et la Gascogne, limitrophes de l'Espagne, où l'on apprécie la soupe aux choux, la garbure, qui comprend selon le lieu du porc salé, du confit d'oie ou quelque autre viande grasse.

On sert au Pays Basque un plat fameux connu sous le nom de pipérade faite d'œufs et de légumes; au contraire de la garbure, ce genre d'omelette constitue plutôt un plat estival (*). La contrée abonde en volailles; les oies et les canards permettent la confection de pâtés truffés. Sur les arides plateaux du Rouergue, dans la partie sud-est de la Guyenne, paissent les moutons, dont le lait sert à la fabrication d'un fromage mondialement connu, le roquefort.

Sur la côte atlantique, et en particulier dans la baie d'Arcachon, on trouve des huîtres, les plus fines du monde, peut-être. Les eaux du littoral, ainsi que des rivières de la région, sont très poissonneuses. Les forêts, que l'on a bien soin de maintenir à l'état sauvage, fournissent

(*) - C'est prendre la partie pour le tout. La pipérade est le mélange oignons, tomates et poivrons en fondue. On y ajoute des œufs brouillés ou on en fourre l'omelette et cela devient des œufs brouillés à la pipérade, une omelette à la pipérade. Certains y ajoutent encore du jambon de Bayonne et c'est une pipérade au jambon. Le poulet basquaise est un poulet à la pipérade. Ces nuances sont bien souvent oubliées des chefs français et l'auteur est bien excusable... Mais enfin cela devait être dit. Et comment ne pas citer dans les plats basques les piballes (fraie d'anguilles), les calamars dans leur encre, le ttoro (bouillabaisse atlantique) et le gâteau basque. (N. du P.).

aux Bordelais, aussi amateurs de chasse que de bon vin, un gibier abondant, ainsi d'ailleurs que des cèpes, que les ménagères savent faire cuire de diverses façons et qui accompagnent de leur agréable parfum les plats de poisson ou de gibier.

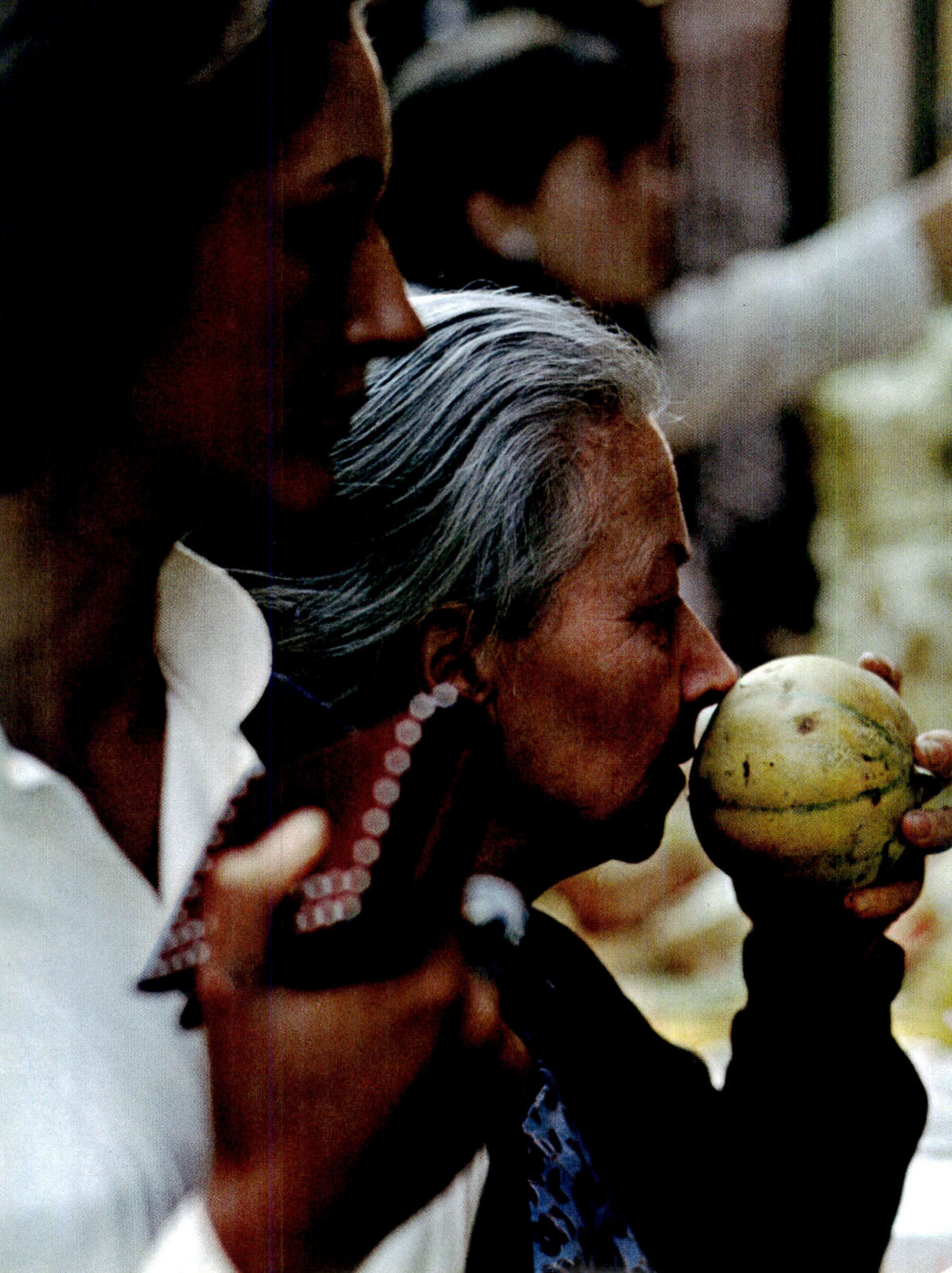
Est-il utile de préciser que dans le monde entier le nom de Bordeaux est synonyme de bon vin et que, pour les habitants de la région, ce breuvage est vital. Toute l'attention du vigneron se porte sur le vin qu'il produira et qu'il suit du pressoir à la mise en bouteille. Rien d'étonnant donc à ce que les Bordelais fassent de leurs vins un sujet de conversations permanent et que leur cuisine soit conçue en fonction des divers crus locaux. Par la force des choses, le vin a sa mystique et pour autant les Bordelais n'en demeurent pas moins avisés et raisonnables; leur culte bénéficie donc au monde entier. A la fin du repas, après avoir savouré des mets choisis et préparés en fonction des bonnes bouteilles que l'on a décidé d'ouvrir ce jour-là, les convives s'attardent à déguster un cognac ou un armagnac, ces alcools qui sont parmi les meilleurs qui soient. Peut-être le cognac est-il plus connu, mais l'armagnac n'a rien à lui envier sur le plan de la noblesse, à condition qu'il ait également vieilli comme c'est l'usage dans un fût de chêne.

Plus à l'est, une certaine région de la Guyenne porte le nom de Périgord, un mot qui évoque irrésistiblement la truffe; l'attitude des Périgourdins à l'égard du vin est moins rigoureuse. Les produits de cette terre sont suffisamment variés et riches pour accompagner d'excellents vins mais, à la différence des Bordelais, qui combinent un menu en fonction du vin, les Périgourdins préfèrent conserver des liens d'interdépendance entre les mets et les boissons. Ici aussi les forêts sont giboyeuses, les rivières poissonneuses, les canards, les oies abondent. Les excellents légumes de la région rehaussent divers plats et les tonifient; ils sont généralement cuits en même temps que la viande ou le poisson qu'ils accompagnent. Sur la table, on trouve des salades très croquantes, assaisonnées à l'huile de noix. Sur les pentes des collines et des montagnes, la vigne et les arbres fruitiers abondent. Les prunes sont l'objet d'innombrables recettes et elles entrent dans la composition des clafoutis ou des tartes qui ailleurs comporteraient des cerises ou des poires. Cette région gastronomique, qui a Bordeaux pour capitale, constitue en quelque sorte la synthèse des diverses qualités qui, prises individuellement, permettent à une cuisine régionale d'atteindre à l'universel.

La France est infiniment diverse en ses régions. En Bretagne, par exemple, la cuisine est intimement liée à la vie mystérieuse de la mer et à l'histoire inconnue des peuples qui ont occupé cette presqu'île. En Provence et en Alsace, le mode de vie se ressent des influences laissées par des groupes ethniques, qui ont autrefois envahi le pays. Cependant, dans le Sud-Ouest, qui a également subi diverses influences, l'équilibre existant entre la mer et les voies d'eau, les plaines et les montagnes, et le facteur que représente le climat permettent aux Bordelais d'effectuer librement leur choix plutôt que d'obéir à des traditions. A leur guise, ils sont vignerons, paysans, chasseurs; ils élèvent l'oie, recherchent les truffes, ils vont à la pêche, pratiquent la culture des huîtres, fabriquent leurs fromages, cueillent les reines-claudes de leurs vergers; bref, tout, depuis des siècles, prouve que la vie ici favorise la bonne chère.

Pour faire passer son sandwich, ce vendangeur bourguignon boit une grande rasade de vin blanc; il est venu à la vigne avec sa bouteille. Ce pinot noir, cueilli dans un panier de forme traditionnelle, donnera l'excellent Vosne-Romanée, un vin rouge de la Côte-d'Or.





II

Une affaire d'état familiale

Partout ou presque, en France, la cuisine est l'objet d'un effort spécial dans certaines circonstances, le dimanche par exemple, et des plats sont réservés pour les grandes occasions, tel le jour de Pâques; on fête ainsi les baptêmes, les mariages, les fiançailles (dans un ordre différent, de préférence !); les anniversaires et d'autres événements familiaux — le jour où oncle René a pris sa plus grosse truite... en 1903 ! le jour des foins, et le jour de la dernière tarte aux fraises, l'ultime avant l'année prochaine — sont autant de prétextes, réels ou futiles, de se réunir autour d'une table. Ces habitudes, héritées de la campagne, les habitants des villes font des efforts désespérés pour les maintenir, en dépit des vicissitudes de la vie urbaine. Le Français est particulièrement traditionaliste et même le Parisien prend au sérieux les us et coutumes de la table. Dans les parages de Mulhouse, on trouvera toujours le nombre de volontaires suffisants pour mettre à raison la dernière bouteille de mirabelle et les Savoyards, où qu'ils soient, s'assembleront pour partager un reblochon bien à point que le compatriote nouveau venu rapporte du terroir au fond de sa valise.

A Paris, rue Mouffetard, des ménagères font leurs provisions. Une femme âgée hume, tâte, soupèse un melon pour s'assurer de sa qualité avant de l'acheter.

Dans bien des pays, le simple fait de faire la cuisine met les gens en transe; leur subconscient est assailli par le vague souvenir d'autres processus culinaires et ils n'en sont que plus désireux de confectionner des plats exotiques, de rassembler de quoi faire un repas balinais, de réussir à l'air libre, derrière la maison, un luau hawaïen ou de cueillir des pétales de roses pour confectionner un ragoût arménien. En France — et bien que les recettes de provenance étrangère obtiennent à présent une plus grande audience dans les restaurants — chacun se contente en général des plats appréciés depuis des générations, quitte à savourer certaines spécialités — à condition qu'elles soient préparées

correctement par l'épouse ou par quelque personne de passage sous le toit et qui mérite confiance — par exemple les tripes à la mode de Caen ou les carbonades à la flamande (telles qu'on les prépare dans un certain village au sud de Dunkerque) ou le cassoulet de Carcassonne.

Dans le même ordre d'idées, la jeune Provençale, qu'un mariage transplante dans le Bordelais, apprendra à cuisiner les plats locaux, considérés par son mari comme faisant partie du menu normal. A l'occasion d'une réjouissance, ou de la venue de ses parents, elle préparera un plat provençal. Inversement, si dans un ménage c'est l'homme qui est forcé de s'adapter à de nouvelles habitudes gastronomiques, son épouse s'efforcera de satisfaire ses goûts, à partir des produits locaux dont elle dispose. C'est là une réaction naturelle qui découle de la notion européenne de mariages durables.

Ce respect physique et moral avec lequel le Français traite les plaisirs de la table a pu paraître risible aux étrangers, surtout à ceux élevés selon des mœurs rigoureuses (Calvinistes, Victoriens, etc.) et habitués à accepter ce que la Providence leur envoie comme aliments, à ne jamais discuter de la qualité de la nourriture. En tout cas, cette dévotion à la table n'a jamais nui, semble-t-il, à la nature propre de chaque cuisine provinciale et les plats appelés à être créés ne feront qu'accroître la stabilité de l'homme au sein de sa famille, voire dans le monde.

L'ordonnancement du repas

S'il existait un repas français type, la suite de mets servis quotidiennement sur la table d'une famille capable de subvenir entièrement à ses besoins, le menu d'un tel repas serait essentiellement fonction du lieu et de la saison. Le menu n'en obéirait pas moins à divers impératifs, qu'il s'agisse d'une famille résidant à la campagne ou dans des villes, petites ou grandes. Comment définir ce repas ? De même que l'on obtient un véritable portrait en superposant diverses silhouettes humaines, on peut en préciser quelques caractéristiques.



Parcourir un marché en plein air et garnir son grand panier d'oignons, de laitues et de raisins de table...

Ce repas, servi au milieu de la journée, porte généralement le nom de déjeuner. L'accélération du rythme de la vie a fait fleurir dans les villes les *snack bars* et autres établissements du genre; mais, le plus souvent, le Français se ménage un certain temps pour prendre, à domicile et sans se presser, un repas copieux, alors que le soir il se contente d'un dîner plus frugal. A midi, les bureaux ferment et les enfants qui vont à l'école disposent de deux heures; il est alors temps de se consacrer à une saine digestion, si possible chez soi. On parle beaucoup en France d'« américanisation », autrement dit d'un changement de rythme, et cette modification vise surtout le temps perdu à table. Dans la région parisienne, des milliers de travailleurs n'ont plus à présent, au milieu de la journée, qu'une pause de 45 minutes au lieu de 2 heures; ce changement est intervenu après de nombreuses expériences et le régime a paru acceptable aux travailleurs, parce qu'il impliquait une réduction d'une demi-journée de la semaine de travail, ramené à 5 jours, et la possibilité de finir plus tôt le soir. D'astucieux employeurs pensent que le personnel, après une courte collation dans un snack bar — pour user du terme français désormais consacré — retrouve le bureau ou l'atelier d'un cœur léger. C'est sans doute vrai dans les métropoles où le travailleur, en fait de lieu de détente, ne dispose que du petit bistrot où il tue le temps en vidant quelques verres de beaujolais ou de sancerre; il en va différemment en province. Pour amener la disparition dans les petites villes et dans les campagnes de ces deux heures de liberté du repas de midi pris à la maison, faudra-t-il aussi longtemps que pour



persuader la population que le pain débité en tranches, fabriqué industriellement et livré sous cellophane vaut autant que la miche croustillante, cuite chaque matin par le boulanger du voisinage ? (*).

A Paris, nombreux sont les enfants d'âge scolaire qui rentrent chez eux à midi pour déjeuner avec leurs parents ou simplement leur mère quand le repas n'est pas préparé par une quelconque femme de ménage ou une voisine complaisante. Dans les villes de moindre importance, les jeunes enfants n'ont pas besoin d'être accompagnés et les plus grands, au sortir de leur repas, se ménagent une demi-heure pour arpenter les grandes artères ou muser dans n'importe quel autre lieu, pour bavarder aussi entre camarades et échanger avec leurs égaux des salutations plus ou moins cabalistiques. Les hommes, que leurs occupations appellent à voyager ou qui sont las du cadre de leur salle à manger, échouent dans un café et s'attablent devant un digestif ou un verre d'eau minérale, selon le goût de chacun. Les Français pour la plupart se révolteraient contre l'idée de regagner la cour de récréation ou

Tout en débattant des prix et de la qualité de ses emplettes, une cliente achète de la ciboulette fraîche, de l'estragon et du cerfeuil pour sa salade. Quelques mètres plus loin, elle passera devant des étalages garnis de fromages, de fruits, de saucisses et de poulets rôtis.

(*) - Je l'espère bien et même que ce pain amènera la faillite des fabricants ! (N. du P.).

le bureau, avant que ne soit écoulé ce sacro-saint délai de deux heures.

Le menu du déjeuner, qui est pratiquement le même quelle que soit l'appartenance sociale, n'est pas forcément raffiné ou copieux. Ce fait résulte de ce que, dans toute maison normale, la conversation joue un rôle aussi important que les aliments, tout en donnant aux mets une saveur spéciale et en faisant durer le repas.

Jusqu'à ce que la digestion soit déclenchée, certaines conversations susceptibles de troubler l'appétit, les études, les problèmes financiers, la politique sont évitées, et des sujets même aussi terre-à-terre que le temps qu'il va faire, passent pour être acceptables, à condition qu'ils soient débattus avec intelligence, pendant que les convives savourent des quartiers de tomates, assaisonnées à l'huile d'olive et relevées de basilic haché, ou le bœuf bouilli accompagné de pommes de terre, ou encore la salade verte, le fromage et les fruits.

Un article paru dans la presse à propos d'une expérience visant à diminuer le temps de la pause des employés d'une administration parisienne décrivait le menu du repas classique comme étant composé de six plats, arrosés de vins et accompagnés d'un café, puis d'un digestif, le tout servi dans quelque petit restaurant familier, ou pris à domicile. Il s'agit là d'une grossière exagération, peut-être malicieuse; peu de salariés pourraient s'offrir un semblable menu, en admettant encore qu'ils en aient l'envie. Des déjeuners comportant six services ne sont guère servis que dans les très grands restaurants ou lors de la réception officielle d'un roi ou d'un président.

Les millions de Parisiens, les quelque 42 000 Arlésiens ou les 300 habitants du village de Plascassier, pour peu qu'ils disposent de plus d'une demi-heure, entament leur déjeuner par un hors-d'œuvre, qui constitue par lui-même un service (et non des « amuse-gueule » accompagnant un cocktail) bien différent du plat principal. Le hors-d'œuvre, qui est toujours servi à table, peut être simple ou raffiné, mais ce plat doit toujours être léger et bien relevé, pour préparer le palais à la suite du repas. Précisons qu'il peut être servi chaud, mais qu'il est généralement froid. Sur telle table, on trouvera une simple salade de pommes de terre à la vinaigrette, accompagnée d'anchois ou de sardines, sur telle autre une somptueuse tranche de pâté de foie gras truffé à la gelée; ces mets seront toujours considérés comme le premier plat et mangés avec le cérémonial nécessaire. Souvent la mère de famille dépêchera un de ses enfants à la charcuterie la plus proche, pour y acheter une quiche. De toute façon, une entrée appétissante sera servie avant le plat principal, toujours constitué par une viande, un poisson ou une volaille(*).

Une infinité de salades vertes

Le plat principal est parfois accompagné d'un légume servi séparément; toutefois, les viandes mijotées sont mises à la cuisson avec leurs propres légumes. Souvent, après le plat principal, on servira un délicat soufflé de pommes de terre, un légumier de pois fins ou de haricots, des tomates provençales. Si les hors-d'œuvre comportent des artichauts, des asperges ou quelque salade accompagnée de légumes frais, on évitera de servir d'autres légumes après le plat principal. Une salade de laitue du jardin, comportant un assaisonnement simple, fera office de plat de légumes.

C'est aux yeux des Français le seul plat qui mérite vraiment le nom de salade, tant du point de vue technique que culturel; en établir la liste

(*) Hors-d'œuvre ou entrée, le début du repas français, prolétaire ou élégant, a plus de variétés que l'auteur ne le suppose et n'est pas forcément relevé si ce n'est dans le Midi. Enfin je connais bien des Français, pour qui le repas du soir est le plus important. (N. du P.).



Dans sa cuisine, dont la fenètre donne sur le boulevard du Montparnasse, la ménagère bat des blancs d'œufs pour la mousse au chocolat qu'elle compte faire. Elle se servira aussi de divers ingrédients, dont du beurre, du sucre et du cognac. Sa cuisine est petite, mais gaie et bien équipée.

Pour faire honneur à ses convives, l'hôte accompagne d'un bon bourgogne l'agneau servi avec des pommes de terre sautées et de la salade.

reviendrait à citer presque toutes les herbes connues en France, tant la variété des salades est infinie. On en cultive en châssis, en serres, dans les potagers et sur les talus du bord des voies ferrées. Assaisonnée d'huile et de vinaigre, si possible juste avant d'être servie, la salade verte, comme le dit plaisamment Rabelais, « récure la panse », rafraîchissant et tonifiant le palais. La salade n'est jamais servie avant le plat principal, mais parfois, et dans l'intimité, on ne change pas d'assiette, ce qui lui permet de se marier au goût délicat de la viande. D'habitude, la salade est mangée dans une assiette propre, juste après la viande; elle constitue un frais et croquant antidote, qui débarrasse le palais du souvenir du mets précédent et le prépare pour le suivant.

Sauf le dimanche et à l'occasion de quelque fête, les desserts cuisinés sont rares au déjeuner sur la table familiale. On les remplace par des fruits de saison, servis avec ou après une ou deux sortes de fromage, choisis au marché ou chez le laitier; ils sont présentés dans un plat creux, sur un plateau ou encore sur un plat de bois. Généralement, il restera tout juste assez de pain pour accompagner le chèvre parfumé, le petit-suisse sucré, le camembert crémeux ou le bleu de Bresse. Il s'agit évidemment de ce même pain, qui a figuré sur la table d'un bout à l'autre du repas, qui se mange sans beurre et qui demeure unique en Occident. Alors suivront les fruits : les cerises, les prunes, les poires, les pommes bien mûres ou encore le panier d'amandes vertes, les groseilles à maquereau au goût acide, les groseilles à la fois sucrées et âcres, les framboises ou, en hiver, les petites bananes, les oranges et mandarines, les dattes et les figues, gonflées de suc, et les diverses noix et noisettes dans leurs coquilles hivernales.

Si ce déjeuner typiquement français prétend célébrer quelque événement, on ajoutera un dessert. Dans la famille modeste, ce dessert remplacera le fromage et les fruits, mais jamais la salade servie après la viande. Il s'agira d'une crème au caramel, d'une tarte aux pommes, de fraises des bois à la crème fraîche, ou encore d'un gâteau à la crème, préparé par la meilleure pâtisserie de l'endroit.

D'antiques cuisines modernisées

De tels repas, fruits d'une des principales activités de la maison française, sont préparés dans des cuisines qui, pour de nombreux étrangers, paraissent exiguës et pauvrement équipées, jusqu'au jour où, l'occasion leur étant donnée de mettre la main à la pâte, ils s'aperçoivent que les lieux sont fonctionnels. Certes, il existe dans les villes des demeures construites voici des siècles et où, faute de pouvoir faire autrement, la plomberie, les câbles électriques sont disposés à l'extérieur des murs de la cuisine; quelquefois celle-ci n'a que des fenêtres exiguës, qui datent d'une époque où le chauffage central n'était pas inventé et où il fallait se prémunir contre les rigueurs hivernales. Cependant, le bien-être des Français s'est accru depuis la fin de la Seconde Guerre mondiale et le progrès a particulièrement intéressé la cuisine.

De nos jours, presque toutes les maisons, même dans les villages les plus reculés du Jura, presque tous les mas isolés au fond de la Provence ont des cuisines équipées au gaz ou à l'électricité et disposent de l'eau courante; le vieux puits ne sert plus qu'à fournir une eau de boisson particulièrement fraîche. Dans de très anciennes cuisines, on découvre parfois sous le manteau de la cheminée un fourneau, émaillé de blanc, aux lignes modernes, et même quelquefois un appareil à laver la vaisselle. Tous les logis ou presque sont équipés de réfrigérateurs, indifféremment baptisés du nom de frigidaires.

Les cuisines françaises, même les plus sombres, sont très attrayantes, en raison de la solution apportée à la fameuse question du service. Élevée à une époque où la bonne à tout faire constituait un des fondements du foyer moyen français, la jeune Française fait dorénavant sa cuisine elle-même. Son sens inné de ce qui plaît à l'œil l'incite à faire de la cuisine un lieu de séjour, aussi agréable que n'importe quelle autre pièce de son logement. Lorsqu'elle s'installe, elle ne bénéficie que rarement d'un appartement neuf, aussi s'arrange-t-elle pour améliorer sa cuisine, grâce aux possibilités de l'éclairage et à un ameublement fonctionnel, désormais à la portée de toutes les bourses. On conserve précieusement la vieille armoire en chêne, trop grande pour passer par une porte sans être démontée, et on en garnit l'intérieur de papier peint ou de toile cirée aux brillants coloris. Les fenêtres sont habillées de rideaux qui laissent passer la lumière.

Je connais une cuisine, dont la haute et étroite fenêtre permet au regard de caresser les champs de blé avant de se perdre dans les hauteurs couvertes de pins des environs de Châteaunoir, au cœur de la Provence. Ailleurs, de sa fenêtre, la cuisinière peut admirer les frondaisons du boulevard du Montparnasse, toujours si animé. J'ai habité à Aix une sorte de grenier, où la cuisine recevait par des lucarnes une lumière toute nordique, mieux faite pour peindre quelque nature morte que pour confectionner des omelettes. Mais la pièce était toujours aérée et, dès l'aube, le toit aux tuiles roses laissait filtrer des bruits de fontaine.

Dans la plupart des cuisines françaises — je serais tenté de dire dans toutes — on trouve une table en bois disposée le long d'un mur, faute de place, mais qui parfois occupe le milieu de la pièce. La cuisinière étant toujours très active, les bancs ou les tabourets sont glissés sous la table. Celle-ci peut être en beau bois sombre, ciré avec soin, mais le plus souvent elle est en bois blanc et ses planches portent les traces des coups de couteau ou de hachoir, donnés par des générations de cuisinières, ainsi que des taches indélébiles laissées par la graisse ou l'huile en dépit des énergiques brossages. Pour la recouvrir, de nos jours, on préfère à l'ancienne toile cirée une nappe en matière plastique aux gais dessins. A présent que l'ancienne cuisinière a disparu au bénéfice d'un fourneau à gaz ou d'un fourneau électrique, la famille s'assemble autour de la table de la cuisine. L'épouse a de plus en plus tendance à aider son mari à subvenir aux besoins du ménage et à cuisiner elle-même, aussi s'efforce-t-elle d'inciter les siens à prendre au moins un repas, le dîner, dans cette cuisine remplie d'exquis arômes et où il fait si bon. Naguère, il aurait été impensable de ne pas dîner dans le cadre plus élégant de la salle à manger.

L'importance des repas pris au dehors

La vie familiale a donc un caractère d'intense intimité et chacun ressent parfois le besoin de changer de cadre. Institution qui, en France, revêt depuis des siècles un caractère unique, les restaurants — les hauts-lieux de la cuisine parisienne ou les auberges provinciales de l'Alsace, du Béarn — accueillent chaleureusement les clients. Toutes les formules de restauration — depuis le coin où l'on déguste des huîtres en plein air jusqu'à la petite salle à manger du grand hôtel local — attirent les gastronomes français, pour peu que la spécialité servie fasse honneur à sa réputation. Il n'est guère de famille qui n'ait célébré au restaurant une fête — un mariage, des fiançailles, un baptême — encore mémorable même pour les plus jeunes.

Dans les grandes villes de province comme dans la capitale, on trouve

d'élégants restaurants à l'atmosphère ouatée, de bruyants établissements à la mode, et des menus à tous les prix. Dans les villages et les bourgs, il existe toujours une auberge, ou au moins un boulanger capable de servir de traiteur et de fournir un repas, servi sur une table faite de tréteaux et de planches, dans un décor enjolivé de guirlandes de feuillages. Récemment, j'ai consulté la note de frais d'un banquet, offert à une quarantaine de ses proches par un de mes amis, qui fêtait ses 100 ans. La salle de la mairie, qui sert aussi aux réunions du Syndicat Agricole, voire de lieu de détention provisoire, bref, l'unique grand local de ce village proche de Roquefort (Aveyron) servit de cadre à ce déjeuner. Engagé comme cuisinier, le boulanger auteur de cette note de frais mentionnait d'abord sur une feuille la longue liste des denrées nécessaires : 10 grands pots de rillettes de Tours, 80 truites vives, 8 quartiers d'agneau, 40 miches de pain, etc. Séparément, il indiquait le coût et le mode de diverses préparations : cuisson de la viande dans son four, préparation des hors-d'œuvre et des bols de salade, cuisson des truites sautées (le tout à effectuer dans la cuisine de l'auberge tenue par sa femme, mais dont la salle était trop petite pour une telle réunion), commande en ville des fromages et des glaces. Deux autres notes concernaient l'une les frais de l'indispensable photographe, l'autre le coût du service, assuré par quelques-unes de ses anciennes élèves, récupérées dans les fermes du voisinage.

En vérité, la fête fut belle et, tout compte fait, aucun des membres de la famille ne regretta l'argent durement économisé, puis dépensé généreusement ce jour-là et non sans fierté. Je n'eus pas l'occasion d'assister à cette célébration, mais je sais qu'elle commença sur le coup de midi par un salut du maire, représentant le préfet et que, de toast en toast, le repas dura jusqu'au crépuscule. Bien que ce jour-là, en France, il n'y ait pas eu beaucoup d'autres centenaires à fêter, je suis certain que des festivités analogues se déroulaient dans chaque province, sous un motif ou sous un autre, car de telles réunions font partie de la vie provinciale, partie de l'histoire locale.

Les réjouissances ne sont pas affaire de date

Ainsi peut-on agrémenter les dimanches par un dîner au restaurant; s'il fait beau, il est plaisant de s'attabler en plein air à une cinquantaine de kilomètres de la ville, à condition de disposer d'une automobile. A défaut, on traversera le square pour gagner un petit bistrot plein de cachet. Débarrassés des obligations religieuses, les membres de la famille, tous endimanchés, profitent du passage d'un parent pour se donner l'excuse de sortir et le groupe flâne pour commencer dans quelque café; chacun aura sa consommation depuis la petite Jeanne, qui boira une grenadine, jusqu'à sa mère, qui commandera un vermouth sec. On fait choix d'un restaurant, qui a parfois sa spécialité — une recette apportée de province ou qui résulte d'un événement fortuit, voire d'un mariage — ou qui est simplement réputé pour sa façon de servir la poule au pot. La famille s'attable confortablement. Le repas sera long, copieux et arrosé de vins d'une qualité supérieure à ceux qu'elle consomme habituellement. Les amis qu'on rencontre échangent un salut ou se joignent à la famille pour boire un alcool. C'est l'heure où les enfants se lassent, s'agitent ou s'endorment. Si la soirée est belle, une lente promenade digestive ramène les plus jeunes et les plus vieux à la maison, tandis que les adolescents s'évadent pour rejoindre leurs camarades ou aller danser. Dimanche n'est-il pas la journée par excellence où l'on se repose, soit à la maison, soit en faisant un bon dîner dehors ?

La famille citadine respecte les traditions rurales

Même pour les Parisiens, la notion de France est inséparable de celle de campagne. Les jours y sont plus paisibles, les plaisirs plus simples; moins compliqués, les plats apportent sur la table les parfums du jardin.

Ce couple parisien possède une fermette *(ci-dessous)* située à 40 kilomètres au sud de Paris; ils ont aménagé et décoré eux-mêmes cette vieille maison en pierres. L'horaire des journées d'Annie à la campagne dépend souvent des plats qu'elle entend servir aux siens. Le matin, escortée de ses enfants, elle se rend à la ferme voisine et achète ses légumes. Elle passe de longues heures à préparer méticuleusement les mets, car ce travail est pour elle une source de joie. Le goût exquis de chaque plat provient autant des produits entrant dans sa composition que de sa préparation. Les ingrédients doivent parler pour eux-mêmes, telle est la règle principale de la cuisine provinciale.

Au cours d'une promenade en forêt, le père cueillera pour sa fille une girolle, une des nombreuses espèces de champignons de la région. Pour beaucoup de familles françaises, le ramassage des champignons fait partie des charmes d'un tour en forêt. Le parfum subtil des champignons est un des atouts de la cuisine française, qu'il s'agisse d'un plat simple ou compliqué.



Annie, Sandra et Antoinette, la mère et ses filles, quittent la fermette de bonne heure le matin pour se rendre à la ferme voisine, acheter divers produits frais.



Antoinette, une fillette de 2 ans *(à gauche)*, goûte les framboises, tandis que sa mère aide le fermier à cueillir des haricots verts. Avant de faire son choix, Annie a demandé conseil : aujourd'hui, quel est le légume le plus frais, le plus vert ? Tout en travaillant, elle s'arrête pour indiquer à ses deux filles comment distinguer les légumes les plus tendres. Ces leçons-là, les deux enfants ne les oublieront jamais. Ces framboises, par exemple, doivent être grosses et fermes, très sèches à l'extérieur et d'une belle couleur vive.

Dans sa cuisine, la maman dispose du porc salé et des légumes qu'elle fera cuire dans une marmite de terre, de quoi faire une excellente potée.



Le papa verse quelques gouttes de beaujolais pour rosir l'eau du verre de Sandra. Il adore le bon vin et fera de ses enfants des connaisseurs. Dans l'assiette de Sandra, Annie a déposé une portion de potée; la salade est constituée de quartiers de tomates, d'oignons, de laitue, de cerfeuil, d'estragon, de ciboulette; Annie a ramené ces produits ce matin même du jardin de la ferme.

La famille s'attable pour un joyeux repas au jardin. Le père a construit cette table en poirier de ses propres mains.



III

Une manière bien personnelle

Les cuisines des demeures provinciales, les repas typiques de la région, l'emploi du temps du dimanche après-midi, autant d'éléments qui, en France, traduisent un état d'esprit, une conception de la cuisine et de la façon de manger. Leur analyse permet de mieux comprendre la nature profonde du Français.

Nous l'avons déjà dit, en France, le repas principal est servi à midi, heure à laquelle dans d'autres pays la famille est généralement dispersée. Le menu de ce repas est plus chargé que ne le recommanderaient ou ne le tolèreraient bien des maîtresses de maison. En France, on change d'assiette plus souvent qu'ailleurs; le Français déteste mélanger les saveurs mais, la variété lui étant chère, il faut donc changer d'assiette entre deux plats.

Même dans les foyers les plus modestes, l'assiette, les couverts qui ont servi à manger un poisson ne sauraient être utilisés pour la viande et les légumes. (A propos de couverts, notons que les porte-couteaux ont disparu; ils ne figurent même plus sur les tables provinciales; du temps où le repas de midi était servi sur une nappe d'une blancheur immaculée, ces petits objets en bois, en argent ou en cristal taillé, que l'on disposait à droite de l'assiette par rapport au convive, étaient très appréciés des maîtresses de maison, surtout lorsque le foyer comptait de nombreux enfants.) Les cuillers et les fourchettes sont généralement posées sur la table, la partie concave tournée vers le bas.

Compte tenu de leurs possibilités financières, les Français souhaitent trouver à table, au moins une fois par jour, une détente, une récréation instructive et non point simplement le moyen de fournir à leur corps un certain nombre d'indispensables calories. A leurs yeux, un plat unique, voire deux plats, ne constituent pas un vrai repas. Une

Participant à une partie de campagne dominicale *(page 47)*, le jeune Jean-Baptiste Goethals mord avidement dans sa tartine beurrée garnie de radis roses. C'est un mets particulièrement apprécié des jeunes enfants.

fois par jour, donc, ils tiennent à s'asseoir à une table dressée avec soin et, pour des raisons sans doute incompréhensibles pour les étrangers, ils pensent que le plat principal doit obligatoirement être précédé par des hors-d'œuvre. Même s'il est vraiment pauvre, l'homme entend que sa femme se débrouille pour lui servir quelque chose, ne serait-ce qu'un œuf dur coupé en deux, poudré de poivre et accompagné de quelques rondelles de concombre; le cas échéant, les époux se contenteront chacun d'un demi-œuf. Reposant son verre ou son gobelet et ses couverts, il attendra d'un cœur léger le mets principal, un plat servi chaud et qui sentira bon les fines herbes, même si le mets est économique. Il se considérerait comme vraiment humilié si, en passant à table au retour de son travail, il lui fallait attaquer son repas par ce plat, même savoureux.

Le pain fait partie du rituel

Autre caractéristique de la table française, le pain frais est toujours à portée de la main du convive, du début jusqu'à la fin du repas. Ne serait-il que légèrement rassis, la ménagère prend bien soin de le faire un peu griller. Le beurre n'est servi à table que comme accompagnement des hors-d'œuvre; chacun en dispose un peu sur son assiette. Cependant, de nos jours, les restaurants ont pris l'habitude de faire figurer sur la table du beurre dans des raviers, accompagné de petits couteaux, ceci pour répondre à l'attente de leurs clients étrangers.

A ma connaissance, dans les familles on ne mange du beurre avec du pain que pour accompagner les radis nouveaux, le saucisson poivré, les crevettes, ou encore certains fromages forts, un roquefort bien fait, par exemple. Toutefois, la maîtresse de maison mettra du beurre sur la table quand elle a un étranger comme hôte. Ce produit délicieux — le beurre ordinaire et non salé — autrefois particulièrement succulent dans les provinces du Nord-Ouest ou dans le Jura, mais que l'on trouve partout aujourd'hui, même dans les villages qui ne possèdent pas la moindre vache, est utilisé pour faire la cuisine et assez rares sont les ménagères qui songent à lui donner un autre usage.

D'autres règles régissent les conceptions des Français en matière de nutrition. Les pommes de terre sont considérées comme des légumes et elles ne constituent pas un accompagnement, aussi secondaire qu'automatique, de la viande ou du poisson. Le pain, toujours présent, fournit la majeure partie de l'amidon indispensable à tout repas. Comme nous l'avons déjà souligné, une salade est toujours servie après la viande. Autre règle, mais plus ou moins arbitraire, les potages sont rarement servis au repas de midi, à moins qu'il ne s'agisse de quelque spécialité régionale, comme la bouillabaisse, auquel cas cette soupe fait office d'entrée ou de plat principal.

En France, la soupe demeure un mets provincial, servi au dîner, et plus particulièrement réservé aux jeunes et aux personnes âgées. En fait, à la campagne, la soupe constitue le souper. Dans les familles paysannes, on en mange un grand bol et, bien nourri par ce mets, qui contient alors des pommes de terre et du pain, on va se coucher. Les gens de la ville s'en régalent de bon appétit, et, pour compléter leur dîner, mangent de l'omelette et un léger dessert ou une compote de fruits. La tradition comporte évidemment des exceptions : dans un déjeuner de noces, dans les banquets politiques ou officiels, on sert parfois, entre le caviar et la sole financière, un consommé au porto, un potage de tortue au madère.

Suite du texte page 50

Ils choisissent un coin où ils pourront tout à loisir savourer leur pique-nique et admirer les berges de la Seine.

Un pique-nique familial sur les hauteurs dominant la Seine

Le pique-nique est aussi apprécié en France qu'ailleurs et son ambiance est particulièrement chaleureuse.

Pour ce tour en plein air, décrit dans les pages qui suivent, un couple très dynamique de banlieusards a choisi d'amener ses trois enfants et un couple ami sur des hauteurs, dominant la Seine, à 80 kilomètres de Paris. Simone a prévu une tarte aux tomates, recette du livre de cuisine de sa mère, ainsi que des rognons, du foie et des morceaux d'agneau qui seront cuits au « barbecue » grâce au feu qu'allumera son mari. Elle n'a oublié ni le pain, ni le fromage et son panier à provisions contient également des fruits, du cidre et du vin. De son côté, Jeanne a préparé une salade de thon à la provençale, bien épicée; la contribution de Philippe consiste à détendre les convives à la fin du repas grâce à sa guitare.

Ce jeune garçon porte trois pains croustillants; il s'intéresse à la façon dont son père dispose le bois pour faire un feu.



Les hommes aident les enfants à démêler leurs lignes; ils tentent de pêcher dans un petit ruisseau qui se jette dans la Seine.

Les pêcheurs n'ont pas eu de chance; et les truites, qui sont en train de frire dans la poêle, sortent en fait du panier à provisions de la mère.



Les morceaux d'agneau poudrés de sel, de poivre et garnis d'herbes aromatiques, sont enfilés sur la broche en acier; des feuilles de laurier les séparent les uns des autres. Tout est prêt pour que la viande cuise lentement, à la chaleur du feu de bois.



Le jeune Jean-Baptiste se régale de son plat préféré, une salade de thon à la provençale, servie avec des radis et un bon morceau de pain.



Des fourches de bois supportent les brochettes, ce qui permet de faire tourner la viande jusqu'à ce qu'elle soit bien brune et parfumée de la bonne senteur qui monte des cendres des branches mortes de bouleau. Sur la brochette à droite, on aperçoit le foie et les rognons d'agneau.



Réchauffée au-dessus du feu, la tarte aux tomates et au fromage est servie comme entrée. (On trouvera sur la page suivante la recette de ce plat.)

Tarte à la tomate

(voir page précédente).

Pour une tarte de 20 à 22,5 cm
de diamètre

Une pâte brisée *(voir recette page 67)*
1 livre de fromage de gruyère, coupé en fines tranches
2 ou 3 grosses tomates, coupées en tranches de 1 cm d'épaisseur
Sel
Poivre noir
1 cuillerée à café de basilic séché ou 1 cuillerée à soupe de basilic frais, finement haché
2 cuillerées à soupe de parmesan râpé
2 cuillerées à soupe de beurre fondu.

Suivez les instructions de la page 67 et, après avoir fait cuire au four votre croûte, laissez-la refroidir. Poudrez généreusement de sel les tranches de tomate et étalez-les sur une grille à pâtisserie, pendant une demi-heure pour les égoutter. Chauffez le four à 190°. Disposez au fond de la croûte les tranches de gruyère, de façon à ce qu'elles se chevauchent légèrement, et étalez les tranches de tomate côte à côte au-dessus du gruyère. Donnez quelques tours de moulin pour poudrer de poivre noir et poudrez aussi de basilic, puis de parmesan. Laissez tomber goutte à goutte le beurre fondu sur la garniture de votre croûte, puis placez la tarte au tiers supérieur du four et faites cuire pendant 25 minutes, ou jusqu'à ce qu'elle soit légèrement brunie à la surface et que tout le fromage ait fondu. Servez chaud ou tiède.

NOTA. On peut utiliser un plat à fond carré de 20 cm de côté; si vous désirez obtenir une grande tarte, doublez les proportions de tous les ingrédients et utilisez soit un plat à four de 27,5 cm de côté, soit un moule à quiche à fond amovible de 30 cm de diamètre.

Le café est servi après !

Le café, généralement un café noir, est servi dans des petites tasses après le repas, mais en France cette boisson n'accompagne jamais le repas proprement dit. Au petit déjeuner, la cafetière paraît sur la table, escortée du sucrier et du pot à lait; les gens modestes se contentent parfois d'une tasse de café au lait le soir, lorsqu'ils ont pris dans la journée un repas trop copieux. Que le café soit banni de la table s'explique; ce breuvage se marie mal au vin, qui demeure un élément essentiel du repas aux yeux des Français (*). Par ailleurs, ils aiment le café fort et ils ne tarderaient guère à s'empoisonner s'ils en consommaient de grandes quantités à table.

Le vin est considéré (ou plutôt cette notion coule de source) comme aussi indispensable au repas que le pain, la viande, le poisson ou le fromage. Les vins blancs secs, servis frais, accompagnent les hors-d'œuvre et les poissons, les vins rouges escortent la viande et le fromage. Les gâteaux traditionnels des jours de fête exigent un vin doux ou un mousseux.

En dépit de la légende, il est rare que le Français possède sa propre cave; il s'approvisionne chez le plus proche marchand, selon sa bourse et la place dont il dispose. Les véritables amateurs, qu'ils soient producteurs ou consommateurs, déplorent cet état de choses, que la vie moderne et la difficulté de bien connaître les vins rendent inévitable. L'occasion aidant, on trouve néanmoins toujours le moyen de sortir une ou deux bonnes bouteilles, de les laisser reposer comme il se doit, bref de suivre d'instinct ces sacro-saintes règles, que les Bordelais ont eu le mérite d'établir.

Les vins blancs secs précèdent les vins rouges, qui eux-mêmes sont servis avant les vins blancs plus doux, ou vins de dessert; notons que dans cette catégorie les vins de qualité sont rares. Si une maîtresse de maison doit servir deux vins blancs ou deux vins rouges, elle met toujours au menu le vin le plus léger avant le vin le plus lourd, le moins précieux avant le plus noble, le plus jeune avant le plus vieux. Parfois, les millésimes de ces vins poseront des problèmes particuliers et il faudra déroger à la règle.

Les jours de fête exceptés, le vin ou le cidre doux sont laissés dans leur bouteille d'origine ou dans le pichet que l'on a été emplir au cellier; parfois, on décante le vin à la cuisine et on le met en carafe. Dans certaines régions, les cruchons possèdent encore la forme exacte qu'ils avaient du temps des Grecs, des Romains, des Sarrasins, ou encore des Celtes. Habituellement, on dispose aussi à table une carafe ou une cruche d'eau. L'eau est appréciée aussi minutieusement que le vin pour sa fraîcheur et sa saveur. Si la localité ne possède pas une très bonne fontaine, voire une source d'eau minérale, la maîtresse de maison met sur la table une bouteille d'eau minérale achetée chez un quelconque commerçant; généralement son choix se porte sur des eaux non gazeuses; il peut être dicté par des questions de diététique. Ne faut-il pas donner à l'hypocondriaque de la famille l'eau plus ou moins alcaline qu'il réclame ?

Le vin est coupé d'eau dans les verres des enfants comme dans ceux de quelques personnes âgées, mais il est aussi des excentriques qui, par goût, penchent pour un tel mélange. Lors de mon premier séjour à

(*) - Je connais pourtant des amateurs qui, sur le café, se resservent un verre de vin rouge et, dans le Nord, après le café servi à table, on passe au fumoir et on déguste un grand bourgogne chambré, avec les cigares. (N. du P.).

Dijon, ma logeuse, une dame respectable mais âpre au gain, qui s'effrayait visiblement de mon goût pour la mixture à base de vin d'Algérie qu'elle me servait, tenta de me persuader, dans l'intérêt de ma santé, de baptiser mon vin quel qu'il fût : « de la sorte », affirmait-elle, « vous serez plus à même d'en apprécier le bouquet ! »

Le Français moyen préfère croire que seuls les travailleurs, les fermiers, les mineurs, les journaliers, consomment du vin en dehors des repas. La vérité oblige à dire que bon nombre de personnes, la journée de travail achevée, s'arrêtent au café pour vider un verre, mais que le plus souvent ces clients consomment de la bière ou un des innombrables apéritifs du commerce. On les boit à l'eau ou secs mais, dans les grandes villes, une vogue s'étend : celle du whisky.

Le cocktail, arme secrète de la mère de famille !

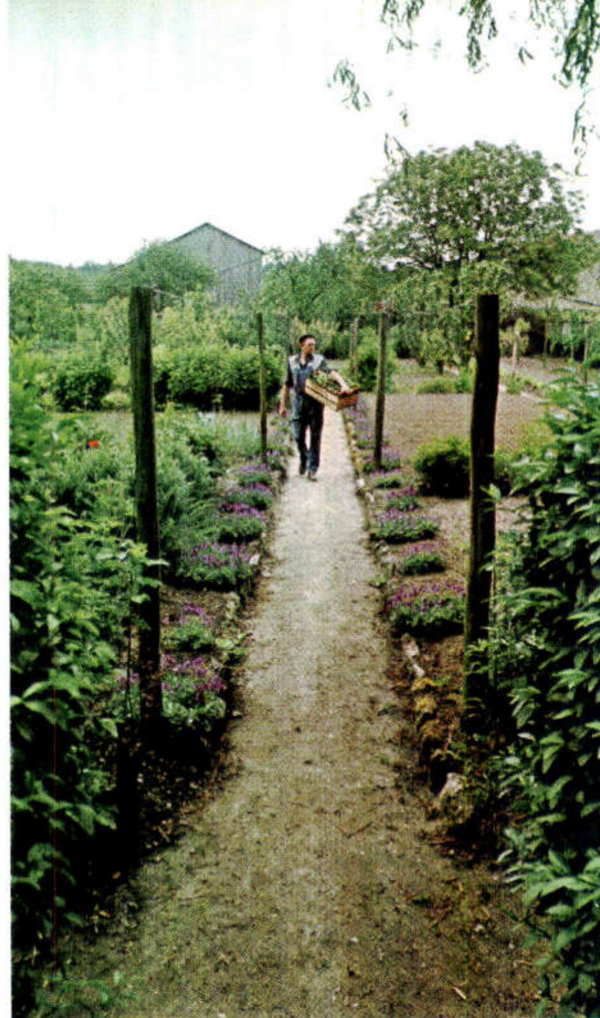
Autrefois, les cafés détenaient le monopole de la distribution de ces soi-disant toniques et apéritifs et il était rare que la femme pût rejoindre son époux au « bistrot » pour participer à ces libations. Par ailleurs, la femme française a toujours cherché à retenir son mari au logis, en lui aménageant un cadre agréable, et récemment une tendance très nette s'est dessinée au sein de la classe moyenne. Quelques minutes, soit le matin, soit le soir, sont consacrées au nouveau rite; Madame enlève son tablier, tandis que Monsieur fait effort pour oublier son café favori. D'un coup d'œil approbateur, Madame enveloppe la pièce, une salle de séjour plus ou moins en ordre; il y a des fleurs sur le piano, et les enfants, dont les âges peuvent s'échelonner entre 3 et 18 ans, se détendent à proximité d'un plateau, portant des verres et quelques bouteilles. La scène aurait été inconcevable avant la Seconde Guerre mondiale. Un seau à glace traduit parfois une nuance d'américanisation; il voisine avec le siphon d'eau de Seltz. De quoi cet assortiment est-il fait ?

A côté de la bouteille de whisky, apprécié un peu partout, on rencontre dans le Midi l'inévitable bouteille de pastis et ailleurs deux ou trois bouteilles de vin cuit, dont le contenu peut être bu sec ou allongé d'eau s'il s'agit d'un enfant et, encore à condition que le jeunot ne lui préfère pas un jus de fruit. Certes, il s'agit là d'un véritable complot de la part de l'épouse ! Mais l'usage de cette arme secrète s'amplifie très rapidement. Les membres de la famille sont d'accord; d'abord ces quelques minutes de répit leur permettent de se voir, et puis cela fait plus moderne, plus de son temps ! Le budget familial y gagne, car cette récréation coûte moins cher que les habituels deux ou trois apéritifs de l'époux au café, que les consommations hâtivement prises par les jeunes dans un snack.

Le cocktail a eu en France une courte vogue, mais il n'est plus guère servi que dans les milieux internationaux. En raison même de son culte pour le vin, comme élément essentiel du repas, le Français a vite jugé que le mélange d'alcool, de jus de fruits et de produits divers ne lui apportait pas grand-chose, une fois dissipée l'excitation due à l'ingestion de ce breuvage. Pourquoi dépenser de l'argent et perdre du temps pour une satisfaction qui vous ôte toute envie de faire un bon repas, donc de dépenser de l'argent et de perdre son temps utilement ? Une conclusion somme toute bien logique et bien française !

Condamnant l'apéritif vulgaire au nom de ce même rationalisme, les puristes préfèrent servir avant le dîner un vin blanc sec bien frappé, champagnisé ou non. En famille, on préfère, en général, un fond de





Un petit tour matinal au potager de l'auberge permet à Marcel de ramener de l'oseille et des fleurs.

Jardinier et homme à tout faire dans la petite auberge des Essarts le Roi, un peu à l'écart de la route nationale Paris-Chartres, Marcel arrose les fleurs qui décorent le haut de la porte. Depuis plus de quarante ans, les clients viennent de Paris pour savourer le steak au poivre et la tarte aux fraises, entre autres spécialités de la maison.

verre d'un quelconque apéritif bon marché, accompagné de quelques amandes salées, juste avant de passer à table pour un solide déjeuner ou un dîner plus léger.

Il faut remettre en honneur de vieilles traditions

Aujourd'hui, dans bien des pays, les bonnes recettes de la cuisine provinciale française retiennent l'attention et chacun tente de les intégrer à son mode de vie. On s'efforce par exemple de se rassembler en famille pour déguster quelque chose de bon avant le repas. Nombreux aussi sont ceux qui cherchent à faire des repas prolongés avec des convives agréables. En raison de la grande distance séparant les domiciles des lieux de travail, il est souvent difficile de se réunir de la sorte pour le déjeuner, aussi se contente-t-on d'organiser des dîners, par exemple une fois par semaine.

Aux États-Unis, comme dans d'autres pays, nombreuses sont les



cuisinières qui découvrent les vertus des bonnes salades vertes, du fromage, de la viande et des légumes; on ne compte plus les maîtresses de maison qui reviennent à un rythme ancien et plus lent, en enrichissant le menu d'un premier plat assez relevé, et qui suppriment la crème glacée et le pudding. Le plaisir de la nouveauté se muera vite en appréciations flatteuses, qui contribueront à l'adoption de cet usage. (Il en résultera une heureuse diminution des calories !) Aujourd'hui, les ménagères apprennent à faire d'exquises tartes aux fruits, servies à l'occasion d'une quelconque festivité; désormais, elles savent reconnaître un bon fromage et acheter des fruits frais, que l'on mangera proprement dans des assiettes, alors qu'ils servaient autrefois de simple décoration sur le buffet ou qu'ils étaient réservés à compléter le goûter des enfants, pris rapidement dans la cuisine.

Bref, nombreux sont ceux qui, à présent, redécouvrent des vérités bien connues de leurs ancêtres. Certains de ces aïeux vivaient dans les montagnes; leurs chèvres fournissaient du bon fromage. Ces fromages

Dans un coin du jardin, Mademoiselle Renée Bracquemond (*) sert en personne deux de ses plus fidèles clients, qui ont commandé un poulet au vin blanc. Partout en France, l'auberge, avec ses spécialités, joue un rôle important auprès d'une clientèle qui aime bien vivre et bien manger.

(*) Malheureusement, les demoiselles Bracquemond ont quitté l'Auberge des Essarts. (N. du P.).

existent, on en consomme suffisamment pour savoir faire la différence entre ces vrais fromages de chèvre et les ersatz de fromage, vendus en tranches ou sous une forme compacte, et portant par exemple, aux U.S.A., le nom de « aliment de fromage » ou « fromage fabriqué ».

Les gens des montagnes ont toujours été plutôt maigres et secs... par nécessité de pouvoir grimper les pentes abruptes des raidillons. Dans la plaine, le paysan s'est adapté lui aussi; pour mieux suivre son sillon, il est devenu plus élancé, plus carré d'épaules. Du double point de vue de l'esthétique et de la santé, il est bon de retourner aux sources et d'adopter certaines coutumes culinaires; elles ont été amoureusement transmises de génération en génération dans des pays dotés d'un long passé.

Le compromis du supermarché

En France, de nos jours, comme d'ailleurs dans d'autres pays, on admet volontiers que l'homme et la femme doivent tous deux travailler, cette dernière au moins à mi-temps. Le plus souvent, n'ayant pas de bonne ou de voisine qui puisse lui faire son marché, le soir, au sortir de son travail, elle court vers un des supermarchés qui se sont récemment multipliés dans les villes. Les amoureux du passé regrettent à juste titre que cette nouvelle concurrence fasse disparaître le petit commerçant, où naguère les familles s'approvisionnaient. (Aux États-Unis, il en va de même, hélas, dans les petites villes.)

Cependant, le «self-service» n'est plus une nouveauté pour les Français, même s'il n'est pas admis des petites localités où la femme, qui ne travaille pas à l'extérieur, a quelques loisirs. Les femmes qui étaient habituées à courir d'un commerçant à l'autre pour dénicher le meilleur fromage, les œufs les plus frais, et qui aimaient échanger quelques mots avec leur boucher, trouvent que l'efficacité des supermarchés respire l'ennui. La version quelque peu modifiée du supermarché, que connaissent les Français, sera peut-être adoptée demain par d'autres populations et fréquentée par les jeunes femmes en dépit des remarques de leurs parents sur l'insipidité des produits comestibles, vendus en gros à ces organismes commerciaux, et non plus répartis laborieusement entre les marchés et d'innombrables boutiques.

Un peu partout, les femmes, à l'exemple de presque toutes leurs sœurs françaises, quelles que soient leur classe sociale, apprennent diverses règles culinaires fondamentales : comment préparer un bouillon, vider un poisson, comment fricasser ou braiser une volaille, et préparer les sauces les plus élémentaires, brunes ou blanches; on leur enseigne la manière d'assaisonner une salade, de confectionner une crème renversée ou de faire une tarte, aussi agréable à l'œil qu'au goût. Qu'elle soit célibataire ou mariée, la Française a appris à faire la cuisine, presque d'instinct et parce qu'une telle aptitude fait partie de son rôle de femme; les recettes qu'elle emploie sont une partie intrinsèque de son héritage; aussi, qu'elle y prenne plaisir ou non, elle n'a pas plus de difficulté à préparer les mets qu'à respirer. Fort heureusement, nombreuses sont celles qui aiment à montrer leurs dons culinaires, car la vie leur fait affronter beaucoup de gens et surtout des hommes, persuadés qu'une bonne chère est aussi indispensable à leur plaisir qu'à leur dignité.

Plus audacieuses que leurs mères, les jeunes Françaises, parce que pressées, on adopté avec enthousiasme les potages et veloutés tout

préparés, les divers produits sous cellophane, les légumes en conserve mais elles ne manquent pas d'utiliser cette maîtrise et ce sens du goût, qui leur ont été inculqués durant leur enfance et, invariablement, elles ajoutent ou retranchent quelque chose pour obtenir le meilleur des résultats.

Chacune a son petit truc pour aller vite, son secret pour préparer, à partir de presque rien, un plat qui stupéfiera l'invité impromptu et lui fera apprécier les talents de la jeune maîtresse de maison. Elles le font pour être à la hauteur de leur tâche, mais surtout pour contenter le mari et les enfants, en vertu d'une vieille tradition. En ce XXe siècle, cette façon de faire s'est répandue un peu partout dans le monde.

Ce nouveau mode de vie a quelque peu bouleversé les usages, qui voulaient que la famille s'assemblât à midi pour un solide repas. Dans certaines familles — et j'en connais un bon nombre — on considère qu'il est essentiel de préserver le climat familial du dîner; le dimanche et si possible le week-end seront sauvegardés pour la sacro-sainte promenade en famille, pour les pique-niques, pour les visites à des parents ou à des amis, ou encore pour la célébration d'une fête, que nul membre de la famille ne peut ignorer, et qui est l'occasion d'un repas, auquel souvent tout un chacun collabore.

En France, le mot de famille est assez élastique mais, même lorsqu'un couple est seul en cause, il est rare que le mari passe l'après-midi au café ou dans un stade, tandis que la femme contemple le petit écran.

Même s'ils s'ennuient ensemble, mari et femme, après un bon déjeuner qu'elle lui aura préparé, iront faire une promenade, sacrifieront quelques heures à un concert ou s'installeront à la terrasse d'un café.

Une cuisine à base de valeurs traditionnelles

Les Françaises, les jeunes filles comme les jeunes épouses, possèdent les techniques de la cuisine plus aisément que la plupart des femmes des autres pays, même lorsqu'à rang social égal elles déploient une grande activité dans la maison; bon nombre de celles-ci ont émigré loin de la ville natale de leur père ou de leur mère, et certaines n'ont même pas la moindre idée du cadre dans lequel vivaient leurs grands-parents ou, à fortiori, de la façon dont ils mangeaient. Pourquoi se soucieraient-elles de faire cuire pour leurs enfants une certaine pâtisserie, en mémoire de tel ou tel saint, qui aurait, voici 903 ans, séjourné dans la vallée et se serait attardé à en cuisiner, afin de nourrir plus ou moins miraculeusement un rassemblement de pèlerins ? Rien ne les rattache à de semblables légendes. En France, la cuisine provinciale compte de nombreux plats, qui sont liés à des traditions et, à l'étranger, les femmes, les jeunes filles n'obéissent pas à ces survivances du passé et elles ne sont pas davantage liées à des coutumes, qui maintiennent la pérennité d'une recette ou d'une autre.

Ces femmes, les Américaines par exemple, commencent à s'interroger. La simplicité des mœurs culinaires qui, en dépit des guerres et des bouleversements, demeure l'apanage d'un pays aussi diversifié que la France a quelque chose de rassurant; elles constatent que la cuisine provinciale, source de la plus délicate cuisine qui soit au monde, survit et, mieux, gagne lentement à sa cause de nombreux adeptes de par le monde.



IV

Les hors-d'œuvre : ouverture du repas

Ce fouet qui, comme un gros ballon, tourbillonne dans ce bol en cuivre, bat des blancs d'œufs qui entreront dans la composition du soufflé, dont la recette est donnée pages 64-65. Il existe bien des techniques de par le monde, mais les cuisinières françaises préfèrent cette méthode, qui leur procure rapidement un blanc d'œuf plus léger.

On ne saurait débuter un repas vraiment digne de ce nom autrement que par les hors-d'œuvre, qui se doivent de constituer un premier plat léger; agréables à l'œil, excitants pour le palais, les hors-d'œuvre préparent les sucs gastriques à la digestion des nourritures plus solides consommées par la suite.

Comparables à l'ouverture d'un opéra, ils varient selon la saison et le lieu; on ne sert pas les mêmes hors-d'œuvre à la montagne, au bord de la mer, sur les berges d'une rivière.

Une bonne maîtresse de maison établit toujours un lien de dépendance entre les hors-d'œuvre et l'entrée; au restaurant, chacun doit en faire autant. Au menu, Madame X... évitera évidemment de mettre des œufs mimosa avant une entrée faite d'une omelette, de même d'ailleurs qu'elle ne servira pas du saucisson avant une potée.

L'équilibre entre les mets interdira de faire précéder une blanquette de veau délicate au goût par une anchoïade, dont la piquante saveur impressionne trop longuement les papilles gustatives. Pareillement, la quiche trop bourrative ne peut figurer à un menu qui comporte un riche bœuf bourguignon.

La présentation des hors-d'œuvre ordinaires, au restaurant comme sur la table familiale, s'apparente plus à l'art de la cuisine japonaise que n'importe quel autre élément de la gastronomie occidentale. La disposition du plat, les teintes, les arrangements de ses composants doivent être savamment étudiés, sans pour autant que soient dédaignées les questions de saveur et de texture; si les hors-d'œuvre ne rassemblent qu'un assortiment de fines bouchées, la règle judicieuse veut qu'ils comportent quelque chose de frais — un peu de salade ou de légumes — quelque chose de salé — des sardines, des anchois ou des

harengs — et un aliment sec à goût de viande — du jambon, du saucisson complété par des œufs ou du poisson adoucis par une mayonnaise. Si les hors-d'œuvre sont constitués par un seul plat — servi chaud ou froid — cette entrée sera présentée avec autant de soin, de façon à enchanter l'œil en même temps que le palais.

En France, l'habitude de prendre des hors-d'œuvre est si répandue qu'elle est le propre de toutes les classes de la société. Dans les grands dîners, dans les repas d'anniversaire, de mariage, de baptême, etc., les entrées seront souvent constituées de mets de choix — riches pâtés, langoustes, omelettes aux truffes. Ceci n'empêche pas la ménagère la plus modeste, la femme d'un balayeur de rues (et j'en ai connues) de servir au repas de midi un premier plat arrangé avec soin : par exemple, des tomates achetées au marché et coupées en tranches fines, toutes garnies d'une demi-olive et assaisonnées d'un peu de sel, d'un peu de persil et d'huile d'olive. En hiver, quelques filets d'anchois, (une toute petite boîte suffira pour deux convives) seront alignés méticuleusement sur une tranche de pain, de ce gros pain de ménage, qui constitue la ration quotidienne du couple. Ce modeste début de repas sera disposé aussi soigneusement que des hors-d'œuvre d'une extraordinaire variété servis au restaurant, et comme pour faire oublier que la table est mise dans un logement comportant une pièce meublée d'un lit, de deux chaises, d'une table, d'un réchaud et qu'il servira de cadre permanent à l'existence du couple. Un demi-poulet figurera au menu d'un jour de gala, quelques pommes de terre et des saucisses coïncideront avec une diminution des disponibilités financières...

Les bons restaurants de province présentent souvent une extraordinaire variété d'attirants hors-d'œuvre. Les raviers de petits radis de saison, d'artichauts gros comme le pouce, de fèves à manger crues et salées, de champignons, d'olives, préparés à la façon du chef ou macérés à l'huile et aux fines herbes, voisinent avec les assiettes contenant des spécialités de jambon ou de saucisson de la région, et avec quelques terrines ou pâtés du cru.

L'art de déguster les hors-d'œuvre

Certains de ces hors-d'œuvre doivent être très frais (par exemple la tomate sera cueillie le matin même au potager) et, si les règles sont respectées, l'ensemble devient irrésistible. Savoir choisir entre tous ces raviers et se limiter constitue un art; les hors-d'œuvre, consommés en trop grandes quantités ou à tort et à travers, peuvent ruiner littéralement le plat principal, qui constitue le fondement même du repas.

Parfois, d'ailleurs, le voyageur affamé s'aperçoit que les hors-d'œuvre correspondent à un stratagème délibéré pour dissimuler la médiocrité du plat principal et donc de l'auberge en question. Il arrive aussi que les hors-d'œuvre soient de mauvaise qualité, mais pour peu que leur apparence demeure appétissante et que les clients soient aussi affamés qu'assoiffés, l'aubergiste malhonnête réussira adroitement à cacher son jeu.

Évidemment, de tels risques n'existent pas à la table familiale; si, pour des impératifs économiques, religieux ou pour des raisons de simple bon sens, la maîtresse de maison a décidé de servir un plat léger, elle le fera précéder par divers genres de hors-d'œuvre, un légume frais, provenant du jardin ou du marché, des sardines, des œufs farcis, un bol d'olives de la dernière récolte, baignant dans de l'huile fortement aromatisée, de fines tranches de deux ou trois genres de saucissons, des coquillages encore vivants qui exigent d'ailleurs la

compagnie de quartiers de citron et de pain noir, ou encore des moules en marinade, des crevettes roses ou grises et du beurre. Les fruits de mer ont toujours constitué d'excellents hors-d'œuvre dans les pays qui, comme la France, possèdent un littoral étendu et des liaisons rapides desservant les grandes villes.

Des hors-d'œuvre livrés par des coursiers

Dès que les chaleurs de l'été ont disparu, les marchands de coquillages disposent leurs étals sur les trottoirs de presque toutes les villes du littoral ou de l'intérieur. Les maîtresses de maison se hâtent juste avant leur repas pour faire ouvrir quelques douzaines d'huîtres. De jeunes livreurs s'élancent des cafés et des restaurants pour apporter à domicile des plateaux de fruits de mer, contenant des huîtres, des palourdes, voire des oursins aux longs piquants. Dans un certain port que je connais bien, le marché ne comporte pratiquement que des étals de vendeurs de coquillages; ils débordent jusque dans la rue descendant au Vieux Port où, le matin, les femmes des pêcheurs vendent à la criée le poisson ramené par la barque familiale. Sans doute les coquillages des eaux de la Méditerranée sont-ils habitués à des températures assez douces, toujours est-il que la production moderne de la glace à bon marché et le renforcement des règlements sanitaires permettent aux étals marseillais de fonctionner en plein air toute l'année, ou presque. J'ai souvent avalé avec délices quelques coquillages, que la marchande prélevait sur le tapis d'algues et de glaçons, qui les maintenait au frais malgré la canicule d'un mois de juin ou de juillet.

Le hors-d'œuvre est souvent constitué par un véritable plat, qui dépend de la saison, et que l'on sert chaud ou froid selon la nature du mets principal prévu ensuite au menu. Simple exemple, une tarte à l'oignon, au poisson, au fromage ou, en Lorraine, la quiche à la crème et au lard, servie très chaude au sortir du four, s'accommode d'une suite constituée par du gibier ou du poulet rôti, à condition que ce second plat soit froid (*). Un fromage, des fruits ou un dessert compléteront le repas.

Pour la plupart, ces plats cuisinés, si agréables en hors-d'œuvre, peuvent être servis comme plat principal au dîner ou au cours d'un déjeuner léger. Quelques-uns d'entre eux se mangent également froids. Ainsi, en pique-nique, on emportera volontiers une tarte à l'oignon, cuite juste avant le départ. Tous ces mets ont en général deux points communs; il arrive qu'on les serve en portions individuelles et, d'autre part, ils sont souvent à base d'œufs, cuits en soufflé, brouillés ou pochés, ce qui permet un nombre infini de combinaisons, en fonction du temps, des usages locaux ou du goût de la cuisinière.

Pour devenir expert dans l'art de réussir un soufflé, il suffit d'apprendre quelques règles précises et fondamentales *(page 64)*. Les crêpes constituent également un mets facile à réussir. Un peu partout dans le monde, les crêpes sont considérées comme un dessert de choix, mais leur recette permet de multiples variantes *(page 70)*, qui peuvent servir comme premier plat d'un repas.

Divers légumes seront servis chauds ou froids, compte tenu de la nature du plat suivant; citons les aubergines, les céleris, les endives, les tomates et les courgettes. Soulignons un des avantages de ces

(*) - Mais pourquoi diable ? Les plats de gibier froid sont rares d'ailleurs. Mais un perdreau rôti peut fort bien succéder à une quiche. (N. du P.).

mets : ils sont à multiples usages; ils peuvent être présentés chauds ou froids comme hors-d'œuvre, servis au dîner après l'indispensable potage ou encore à la suite du plat principal au déjeuner, si l'on adopte, comme dans les provinces françaises, l'habitude du solide repas de midi.

On peut farcir les aubergines et les courgettes, ainsi que les concombres, ce qui ne manquera pas de surprendre quelques personnes. La façon dont, en Provence, on farcit les tomates, en les garnissant de mie de pain, de fines herbes hachées et d'ail, avant de les passer au four, ce qui ajoute du moelleux à la tomate, peut servir de modèle à la préparation de tous les légumes, susceptibles de par leur nature et leur forme de contenir une farce. Tous ces légumes farcis sont excellents en hors-d'œuvre, comme accompagnement du plat principal, comme plat de légumes proprement dit à midi ou au dîner; froids, ils sont peut-être encore meilleurs que chauds.

Tous les légumes ou presque peuvent être préparés à la grecque, c'est-à-dire cuits dans une marinade et servis froids; toutefois, cette préparation n'est possible que si elle ne détruit pas la saveur, la couleur, la forme du légume. En France, divers légumes, surtout à l'époque où ils sont particulièrement tendres, sont consommés crus; on les accompagne d'une mayonnaise ou d'une vinaigrette, également très relevée.

Les assaisonnements fondamentaux

Parmi les grandes sauces d'assaisonnement, trois d'entre elles, la mayonnaise, la hollandaise, la vinaigrette, sont spécialement indiquées pour la préparation des hors-d'œuvre. La mayonnaise est une onctueuse émulsion de jaunes d'œufs dans de l'huile (d'olive ou de l'huile d'arachide, selon le goût) additionnée d'un peu de citron ou d'un filet de vinaigre. La hollandaise, cousine de la précédente, est une délicate préparation de jaunes d'œufs et de beurre, servie chaude sous forme de crème. La vinaigrette, simple mélange d'huile et de vinaigre, est fortement relevée grâce à des fines herbes.

Ces trois sauces sont d'ailleurs l'objet de variations à l'infini. La marinade bouillie, dans laquelle on fait légèrement saisir les légumes que l'on désire préparer à la grecque, n'est autre qu'une vinaigrette, de même que la béarnaise *(voir chapitre 9)* qui accompagne un tournedos est une sorte de hollandaise piquante.

La variante la plus élégante de la mayonnaise se sert sous le nom de sauce aux fines herbes, comme accompagnement des poissons à la chair plutôt sèche (la perche ou le saumon poché). Elle se marie d'une façon aussi agréable au goût qu'à l'œil avec certains hors-d'œuvre, un œuf dur ou des crevettes roses, par exemple. Personnellement, au printemps, chez un ami, dès que les asperges étaient tièdes et bien égouttées et déposées sur la table au début d'un long déjeuner, j'attendais avec impatience une certaine « sauce à la neige » composée à parts égales de mayonnaise et de crème fouettée.

Sans doute y ajoutait-on un peu de moutarde, car cette sauce était suffisamment relevée pour contrebalancer la douceur de la crème.

Les multiples possibilités de la vinaigrette

La gamme des vinaigrettes est encore plus étendue que celle des mayonnaises et l'on peut y incorporer à peu près tous les ingrédients



Pour préparer un demi-litre de mayonnaise, il faut commencer par battre trois jaunes d'œufs à la température ambiante, avec un fouet ou n'importe quel autre genre de batteur, dans un bol tiédi. On additionnera avec soin du jus de citron ou un filet de vinaigre de vin, de la moutarde, du poivre, du sel, de l'huile et un peu d'eau bouillante, tout en continuant à fouetter, selon la recette de la page 74.

pour en modifier le goût, de façon à ce qu'ils mettent très exactement en valeur le plat avec lequel cette sauce est servie. Cependant, une bonne cuisinière obéira aux préceptes d'Escoffier qui voulait que tout soit simple, et elle évitera de s'égarer dans des préparations trop compliquées, comportant des mélanges de fines herbes et de sauces en bouteilles.

Pour accompagner la bonne salade verte, un Français digne de ce nom ne tolérera d'autre assaisonnement qu'une simple vinaigrette. Celle qui assaisonne un hors-d'œuvre sera plus ou moins huileuse ou acide, selon les goûts. Il faut aux champignons finement émincés une vinaigrette assez épaisse, qui les enveloppe bien. Les petits haricots verts, juste saisis (haricots introuvables chez les marchands de légumes aux États-Unis), s'accommodent d'une vinaigrette additionnée de moutarde et qui contrebalance leur goût un peu sucré. En France, les hors-d'œuvre se résument souvent à une sorte de salade, mais qui ne remplace pas la salade verte, appelée à suivre le plat principal. Ce genre de salade relève plutôt du mélange artistique; sa gamme est considérable — des simples filets de merlan à la langouste — et la cuisinière en lie les éléments à sa guise, grâce à une mayonnaise, à une vinaigrette ou un assaisonnement plus ou moins crémeux. A la place du poisson, on trouvera parfois un riche mélange de viandes, de volailles ou de saucisses, lié d'ailleurs de la même façon, mais compte tenu de la saveur et de la consistance du produit et accompagné de pommes de terre ou de riz; dans le même ordre d'idées, on pourra servir une salade niçoise aux éléments partiellement crus. Que ces mets soient riches ou non, la salade composée qu'ils constituent sera dégustée dans un certain esprit. Il s'agit d'ouvrir l'appétit et non d'endormir les facultés gustatives.

Comme hors-d'œuvre, les pâtés sont particulièrement populaires, en France comme aux États-Unis; ils sont à base de viandes fortement assaisonnées. La terrine paysanne, une expression qui désigne aussi bien le contenant que le contenu, est beaucoup plus grossière de texture que la terrine servie au restaurant qui est plus onctueuse.

Le plus souvent, dans les cuisines de campagne, on se hâte de confectionner plusieurs pâtés de lièvre ou de venaison, lorsque les chasseurs ont eu le coup de fusil heureux. On en envoie aux amis, on en vend quelques-uns par l'intermédiaire du boucher du village, mais on en garde le plus grand nombre possible pour les grandes occasions futures. Parfois, on débute le repas par un pâté, généralement servi encore dans sa terrine; sa réputation le précède : c'est le pâté de tante Louise ou celui qu'un parent a envoyé d'Alsace pour Noël.

Les pâtés de campagne sentent bon les herbes de la région et même l'alcool du cru : le calvados en Normandie, le marc en Bourgogne, l'armagnac dans le Bordelais. Ces pâtés sont moins fins que ceux que l'on sert dans les grands restaurants ou que l'on réserve pour les grandes occasions. Chaque région a ses spécialités, ses produits favoris en quelque sorte, et les terrines qu'on y confectionne ont souvent une saveur particulière; elles sont à l'oie ou au canard dans le Périgord, au jambon ou au porc en Alsace.

La terrine, un des produits essentiels de la cuisine

Le connaisseur — et l'on peut dire le Français en général — juge de la qualité de la cuisine d'un restaurant ou d'une maison particulière d'après la terrine « maison » que l'on y consomme (*). Le pâté est à la fois économique et plaisant à servir. Il n'a rien de commun avec ces sous-produits, que l'on vous sert parfois dans des restaurants de dernière catégorie, et qui ne sont que des pains de viande, gratifiés à tort du nom de pâté.

Est-il utile de préciser que le pain et le vin apparaissent sur la table dès le premier plat ? Baguette croustillante, le pain provient d'une proche boulangerie. Cependant, pour accompagner les huîtres, la maîtresse de maison prévoit de servir de fines tranches de pain de seigle, beurrées ou non. Une anchoïade, au contraire, se contente du délicieux pain ordinaire; subtilement assaisonnée, cette mixture d'anchois au goût relevé est tartinée sur le pain préalablement grillé.

Le vin est aussi indispensable aux convives que l'air qu'ils respirent. Nous l'avons déjà dit, le vin servi pour accompagner le premier plat doit être plus léger, plus jeune et moins noble que celui qui sera servi par la suite. Si le repas est simple, on ne change pas de vin. Comment choisir le ou les vins ? Le mieux est de tenter de déterminer à quel terroir le ou les plats choisis se rattachent. Sans nul conteste,

(*) - Qu'il soit permis ici de donner l'opinion du chroniqueur gastronomique, c'est-à-dire du malheureux condamné à déjeuner et dîner chaque jour au restaurant. La terrine « maison » est sa terreur. D'abord elle n'est pas souvent « maison » malgré son titre affiché, mais vient de chez le charcutier voisin ou de chez un entrepreneur usinier livrant à la chaîne. Le gourmet, donc, sauf s'il connaît parfaitement l'établissement, fuira la terrine « maison » comme la peste.

Mais il faut aussi assurer qu'il y a terrine et terrine. La plus simple, la plus naïve, la plus « grossière » (pour employer l'expression que cherchait l'auteur assurant que les pâtés de campagne sont moins fins que ceux des restaurants) vaut souvent mieux que celle d'un chef prétentieux. De même, il faut se méfier des terrines et pâtés de foie gras en boîte ou en croûte dont semble charmé l'auteur et ne déguster du foie gras que frais, cuit entier en saison par le restaurateur connaissant son métier, et dit «au naturel». (N. du P.).

un vin produit dans la région intéressée se mariera plus harmonieusement à la saveur du plat que des siècles de traditions culinaires ont associé à ce coin de France. Avec une quiche lorraine, il est naturel d'emplir son verre d'un rosé de Toul ou d'un vin gris du pays et l'anchoïade s'accommodera d'un vin blanc sec de Provence, ou d'un vin rouge méditerranéen servi très frais. Seule exception à cette règle, on évitera de servir du vin avec les hors-d'œuvre, si le plat suivant appelle une bonne bière. En ce cas, on débutera par une bière plus légère ou, à défaut, par la même bière. De même, si la maîtresse de maison prévoit du cidre pour accompagner le plat principal, elle en fera servir aux hors-d'œuvre.

Pour flatter les papilles gustatives

Que ce soit au restaurant ou dans une demeure particulière, les vins servis avec les hors-d'œuvre doivent être soit frappés, soit maintenus à la température du cellier. Pour préserver les facultés gustatives, il est bon d'offrir avant le repas un petit verre de ce même vin plutôt qu'un cocktail ou un apéritif puissant. Les rosés et les vins blancs, dans la plupart des cas, ont un bouquet trop délicat pour exciter des papilles trompées par l'apéritif; quant aux bons vins rouges, ils se désintéresseront d'un palais assoupi.

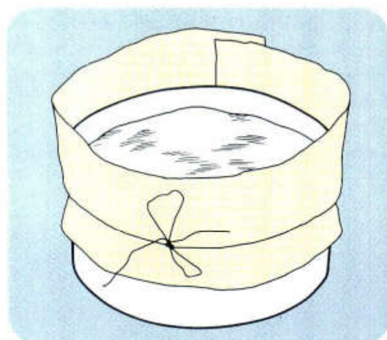
En quelque sorte, il faut que les papilles subissent cette première partie du repas, tout en éprouvant une impression d'excitation qui les laisse sur leur faim; elles doivent être impressionnées, certes, mais avides de goûter à la suite.

Bien monté au-dessus de son moule et couronné d'une croûte dorée, un soufflé réussi sort du four, moelleux en son centre, et croustillant sur le dessus. Ce plat sera servi sur le champ, car le soufflé retombe à mesure qu'il se refroidit. Chaque portion doit se composer d'un peu de croûte et d'une ample quantité de la partie crémeuse interne.



Pour 4 personnes

- 4 cuillerées à soupe de beurre en pommade
- 1 cuillerée à soupe de fromage de gruyère râpé
- 3 cuillerées à soupe de farine
- 1 verre de lait chaud
- 1/2 cuillerée à café de sel
- 1 pincée de poivre blanc
- 4 jaunes d'œufs
- 6 blancs d'œufs
- 1 tasse de fromage de gruyère râpé ou le mélange de 1/2 gruyère et 1/2 parmesan



Si vous utilisez un moule peu profond, ceinturez-le d'un collier de papier beurré, qui maintiendra le soufflé pendant qu'il monte.

Soufflé au fromage

Chauffez le four à 200°. Beurrez un moule à soufflé ou un moule à charlotte de la contenance de 8 tasses, avec 1 cuillerée à soupe de beurre en pommade; poudrez d'une cuillerée à soupe de fromage de gruyère râpé en faisant tourner le moule pour bien répartir le fromage aussi bien dans le fond que sur les côtés. Mettez le moule de côté.

Dans une casserole de 2 à 3 litres de contenance, faites fondre 3 cuillerées de beurre à chaleur modérée. Quand c'est prêt, ajoutez 3 cuillerées à soupe de farine que vous mélangez avec une cuiller en bois et remuez constamment à chaleur modérée pendant 1 à 2 minutes. Ne pas laisser le roux (le beurre et la farine mélangés) devenir brun. Sortez la casserole du feu et mettez-y le lait chaud, en remuant vigoureusement avec un fouet afin d'obtenir un mélange parfait. Ajoutez le sel et le poivre et mettez à nouveau sur le feu pour laisser cuire en remuant constamment jusqu'à ce que la sauce entre en ébullition et soit assez épaisse et crémeuse. Laissez un moment puis retirez la casserole du feu et battez dedans 1 jaune d'œuf, un seul à la fois, en persévérant jusqu'à ce que chacun soit absorbé avant d'en ajouter un autre. Mettez de côté.

Avec un grand fouet, du type ballon, battez les blancs d'œufs jusqu'à ce qu'ils soient assez fermes pour tenir dans le fouet (un batteur électrique ou mécanique peut aussi être utilisé mais les blancs montés ne seront jamais aussi volumineux ni d'aussi belle texture). Mélangez une très large cuillerée de blancs d'œufs battus à la sauce; pour l'alléger, ajoutez alors tout le fromage râpé, sauf une cuillerée. Mélangez alors avec une spatule le reste des blancs d'œufs battus en ayant soin de couper le mélange plutôt que de l'écraser.

Doucement, faites glisser le mélange dans le moule déjà préparé qui sera rempli aux trois quarts. Égalisez la surface délicatement à l'aide d'une spatule de caoutchouc et poudrez de la dernière cuillerée de fromage râpé. Pour obtenir un effet décoratif, faites un chapeau en incisant la surface du soufflé de 2 à 3 cm de profondeur tout autour de la surface. Placez le soufflé sur la grille centrale du four et baissez immédiatement la température à 170°. Cuisez pendant 25 à 30 minutes ou jusqu'à ce que le soufflé dépasse le moule de 4 à 5 cm et lorsque la surface est assez colorée. Servez aussitôt.

SOUFFLÉ AU FROMAGE ET AUX ŒUFS MOLLETS : Portez 1 litre d'eau à ébullition dans une lourde casserole de 2 litre 1/2 à 3 litres de contenance.

Déposez délicatement 4 œufs dans cette eau et laissez-les cuire à petite ébullition 6 minutes (7 minutes si les œufs sortent du réfrigérateur). Égouttez et mettez de l'eau froide dans la casserole. Frappez légèrement les coquilles sur une surface dure pour les briser et épluchez-les sous le courant de l'eau du robinet.

Chauffez le four à 200°. Préparez l'appareil à soufflé (c'est-à-dire le mélange définitif) en suivant les indications de la recette ci-dessus. Partagez environ la moitié dans le fond du moule à charlotte ou à soufflé beurré et poudrez de fromage. Arrangez les œufs sur la surface et recouvrez du reste de la préparation. Poudrez avec le fromage râpé réservé et mettez au four sur l'étagère du milieu. Baissez aussitôt la température à 170° et laissez cuire 25 à 30 minutes. Quand vous servez le soufflé, chaque convive doit avoir un œuf.



En poudrant les parois du moule beurré avec une cuillerée de comté ou de parmesan râpé, on donnera au soufflé une croûte délicate et parfumée au fromage.

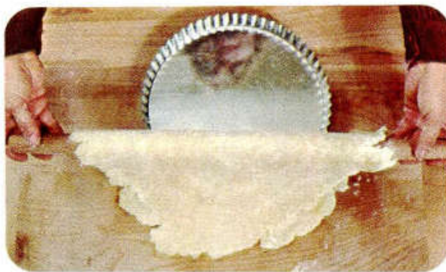
Pour faire monter très haut un soufflé, le secret est simple : il suffit de battre les blancs d'œufs jusqu'à ce qu'ils collent au fouet. Le résultat sera meilleur si les œufs sont à la température de la cuisine.



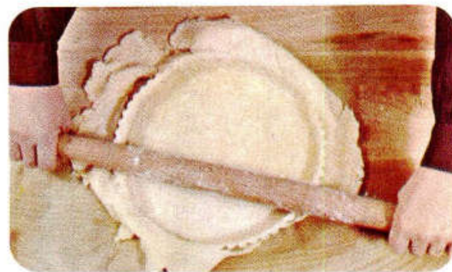
En mélangeant avec douceur les blancs d'œufs battus, à l'aide d'une spatule en caoutchouc et sans les écraser, on leur conservera leur volume et on obtiendra un mets particulièrement léger.



Après avoir étalé la pâte destinée à la quiche, décollez-la doucement et enroulez-la sur le rouleau.



Déroulez la pâte sur le moule à quiche et pressez-en les bords pour les faire adhérer.



Finalement, écrasez les rebords avec le rouleau à pâtisserie et faites tomber la pâte superflue.

Une fois débarrassée de son moule, la quiche que l'on apporte à table se présente comme une belle tarte ronde, emplie de crème dorée.

Quiche au fromage

Pour une quiche de 20 à 22 cm

PÂTE BRISÉE
8 cuillerées à soupe de beurre coupé en dés de 6 mm
1 tasse 1/2 de farine
1/4 de cuillerée à café de sel
3 à 5 cuillerées à soupe d'eau froide

PÂTE BRISÉE : Dans un grand récipient, mélangez beurre, sel et farine. Travaillez rapidement et ajoutez 3 cuillerées à soupe d'eau froide. Travaillez légèrement et mettez la pâte dans un bol. Si elle s'émiette trop, ajoutez 2 cuillerées à soupe d'eau, petit à petit. Poudrez la pâte de farine et mettez-la au frais environ trois heures. La pâte doit être bien ferme, lors de l'utilisation.

Sortez la pâte du réfrigérateur 5 minutes avant de la rouler. Si elle est dure et résistante, frappez-la légèrement avec le rouleau à pâtisserie. Placez la boule de pâte sur une planche farinée, étendez-la au rouleau sur une épaisseur de 2,5 mm. Poudrez légèrement de farine tandis que vous étalez la pâte au rouleau. Le cercle de pâte obtenu doit avoir 28 à 30 cm de diamètre.

Beurrez un moule à tarte de 4 cm environ de hauteur. Roulez la pâte autour du rouleau à pâtisserie et déroulez-la sur le moule. Faites bien adhérer la pâte au fond et sur les côtés du moule et faites rouler le rouleau sur le bord du moule en pressant fortement afin que l'excès de pâte tombe à l'extérieur. Piquez le fond de la pâte avec les dents d'une fourchette. Laissez reposer ainsi une heure.

Chauffez le four à 200°. Disposez une feuille de papier aluminium beurrée sur toute la surface de la pâte en pressant bien soigneusement pour que toute la pâte cuise également. Mettez 10 minutes dans le four. Retirez la feuille de papier aluminium et piquez le fond de pâte avec la fourchette. Remettez au four 3 minutes jusqu'à ce que la pâte soit dorée. Retirez, démoulez et posez le fond de pâte cuit sur une grille métallique à pâtisserie pour le faire respirer.



Pour retirer la quiche de son moule après cuisson, posez ce moule sur une boîte de conserve, appuyez sur la collerette mobile du moule et il ne restera plus qu'à faire glisser la quiche du fond du moule sur un plat.

GARNITURE
1 cuillerée à soupe de beurre
6 tranches de lard maigre coupé en morceaux de 6 mm
2 œufs entiers et 2 jaunes d'œufs
1 tasse 1/2 de crème épaisse
1/2 cuillerée à café de sel
Poivre blanc
3/4 de tasse de fromage de gruyère râpé ou moitié gruyère et parmesan
2 cuillerées à soupe de beurre coupé en petits morceaux

GARNITURE : Chauffez le four à 200°. Dans une poêle, faites fondre le beurre et ajoutez les morceaux de lard que vous faites sauter et dorer légèrement. Retirez-les avec une fourchette, égouttez-les bien et mettez-les de côté sur une assiette. Dans un grand récipient, genre saladier, fouettez les œufs entiers et les jaunes, la crème et l'assaisonnement. Ajoutez le fromage râpé. Mélangez bien le tout. Versez dans le fond de pâte refroidi, dispersez les morceaux de lard dorés, parsemez de petits morceaux de beurre. Faites cuire 25 minutes au four jusqu'à ce que la garniture gonfle et devienne dorée. Pour vous assurer de la cuisson, piquez la pointe d'un couteau au centre; s'il est net et propre lorsque vous le sortez, la quiche est cuite. Retirez du moule, disposez sur un plat de service chaud ou tiède.

N. du P. : On peut ajouter un œuf à la pâte mais, de toute façon, le secret de la réussite d'une bonne pâte brisée tient dans sa légèreté : les ingrédients doivent être plutôt mêlés qu'incorporés.

Je ne vois pas l'intérêt de cuire la quiche à vide au préalable.

Il n'y a pas de fromage râpé dans la quiche lorraine. On peut faire une quiche tourangelle en remplaçant les lardons par une couche de rillettes ou de rillons hachés sur la pâte.

La quiche est, à mon goût, meilleure si l'on utilise un mélange d'une tasse de crème fraîche et une demi-tasse de crème aigre.

Pour 4 à 6 personnes

1 saucisson de 700 à 800 g de 30 cm environ de long et 5 cm environ de diamètre, frais ou fumé
Eau
Pâte brisée (*page 67*)
1 œuf battu avec 1 cuillerée à café d'eau
Moutarde de Dijon

Saucisson en croûte

Avec la pointe d'un couteau, ciselez le saucisson en 5 ou 6 endroits pour éviter que la peau n'éclate et pour laisser s'échapper la graisse en cours de cuisson. Mettez le saucisson dans une casserole plate assez profonde et recouvrez largement d'eau froide. Portez à ébullition à feu modéré, laissez frémir sans couvrir pendant 45 minutes.

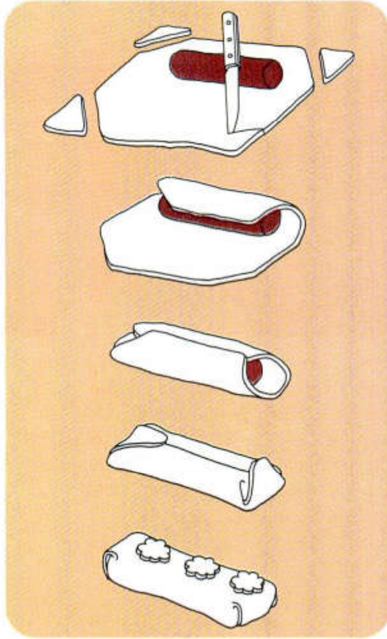
Égouttez le saucisson sur un linge et laissez-le refroidir. Fendez la peau avec le couteau bien aiguisé et retirez-la.

Chauffez le four à 170°. Étalez la pâte brisée avec le rouleau à pâtisserie sur 3 mm d'épaisseur environ en formant un rectangle plus grand que le saucisson. Disposez le saucisson pelé et froid au centre du rectangle de pâte. Coupez quatre triangles aux quatre coins du rectangle de pâte, opérez délicatement. Il faut enfermer le saucisson en commençant par rabattre les grands côtés qui doivent se superposer au centre sur 2 à 3 cm. Repliez alors les petits côtés en ayant soin d'humecter la pâte avec de l'eau afin que la fermeture soit bien assurée.

S'il y a trop de pâte, la prélever en la coupant avec le couteau. Retournez le saucisson ainsi préparé sur une feuille de papier aluminium beurrée. Décorez avec des petites feuilles lunes ou autres découpages de pâte que vous collez sur le pâté. Badigeonnez avec l'œuf battu avec l'eau et faites cuire dans le four 45 à 60 minutes, jusqu'à ce que la croûte soit d'une belle couleur blond-doré.

Dressez le saucisson cuit sur le plat de service, coupez en tranches de 2 cm d'épaisseur. Servez la moutarde à part.

N. du P. : On peut remplacer la moutarde forte dite de Dijon par une moutarde au champagne, de la moutarde à la violette de Brive-la-Gaillarde, de la Savora ou encore la moutarde sans sel « Spéciale 117 ».



Pour enrober un saucisson d'une croûte, découpez la pâte (comme indiqué tout en haut). Rabattez la pâte sur le saucisson, en repliant les extrémités, retournez et décorez avec des chutes de pâte.

Omelette

Pour 1 à 2 personnes
3 œufs
Sel
Poivre noir
1 cuillerée à soupe 1/2 de beurre

Cassez les œufs dans un petit bol, salez, poivrez. Battez-les avec une fourchette 20 à 30 secondes jusqu'à ce que les jaunes et les blancs soient bien mélangés. Faites chauffer une poêle de 18 à 20 cm sans la huiler, ajoutez une cuillerée à soupe de beurre. Remuez la poêle afin que le beurre se répande rapidement dans la poêle. Lorsque le beurre est fondu, mais avant qu'il ne brûle, versez les œufs.

Travaillez rapidement, mélangez les œufs avec la fourchette en remuant fortement la poêle avec la main libre afin d'empêcher l'omelette d'attacher au fond de la poêle. Dans quelques secondes, l'omelette formera un dépôt au fond de la poêle. Travaillez l'omelette avec soin pour ne pas l'abîmer. Avec la fourchette, levez le bout de l'omelette étendue et roulez-la très délicatement. Laissez-la un petit moment dans un coin de la poêle. Versez-la sur un plat chaud. Badigeonnez de beurre avec un pinceau. Servez aussitôt.

NOTA : Pour faire une omelette farcie, mettez quelques cuillerées à soupe de fromage râpé, des fines herbes ou des champignons sautés sur l'omelette étendue avant de la rouler. Ne mélangez pas la farce avec l'omelette. Pour servir plusieurs personnes, faites une omelette pour chaque invité. Une grande omelette est rarement réussie.

N. du P. : Mais si on réussit fort bien une omelette pour 3 ou 4 personnes ! Mais le secret d'une bonne omelette réside en ceci :

a) Il faut que la poêle soit de fond très épais et qu'elle ne serve qu'à cet usage.

b) Il faut battre les jaunes et les blancs séparément.

c) Il faut la plier en portefeuille et non point la rouler, c'est-à-dire en rabattant un premier tiers puis le tiers opposé vers le centre.



Utilisez le dos de la fourchette pour étaler les œufs sous forme de crème.



Utilisez le côté de la fourchette pour rouler l'omelette.

Une fois l'omelette détachée et roulée convenablement jusqu'au bord de la poêle, maintenez la poêle d'une main et, de l'autre, avancez un plat préalablement chauffé. Inclinez doucement la poêle et glissez l'omelette dans le plat. Lustrez l'omelette avec du beurre et servez avant que l'intérieur ne se refroidisse et ne durcisse.







Pour 16 crêpes

CRÊPES

1 tasse 1/4 de farine
3 œufs
1 verre de lait
1/4 de verre d'eau
1/2 cuillerée à café de sel
3 cuillerées à soupe de beurre fondu froid
3 cuillerées à soupe de beurre fondu mélangé à 1 cuillerée d'huile d'arachide

DUXELLES

350 g de champignons frais finement émincés (environ 3 tasses)
4 cuillerées à soupe de beurre
4 cuillerées à soupe d'échalotes finement hachées
1 cuillerée à café de persil ciselé
1 cuillerée à café de ciboulette ciselée
Sel
Poivre noir

SAUCE VELOUTÉE

6 cuillerées à soupe de beurre
1/2 tasse de farine
2 verres 1/2 de bouillon de poule chaud
2 jaunes d'œufs
1 à 1 tasse 1/2 de crème double
1 cuillerée à café de sel
1 cuillerée à café de jus de citron

FARCE

1 tasse de foies de poulet coupés en dés (250 g environ)
ou 1 tasse de crevettes cuites (environ 500 g, avec les carapaces)
ou 1/4 de tasse de cœurs d'artichauts finement émincés avec 1/4 de tasse de jambon fumé ou cuit coupé en dés sautés dans 2 cuillerées à soupe de beurre
1 cuillerée à café de persil ou d'estragon ciselé
Jus de citron
Sel
Poivre blanc
1 tasse de fromage de comté râpé ou mélangé par moitié avec du parmesan
4 cuillerées à soupe de beurre coupé en petits morceaux

Crêpes fourrées gratinées

CRÊPES : Préparez la pâte avec un appareil électrique, mettez la farine, les œufs, le lait, l'eau, 3 cuillerées de beurre fondu et le sel. Mettez l'appareil en marche à haute vitesse pendant quelques secondes. Arrêtez-le, détachez la pâte qui y adhère, remettez en marche durant 40 secondes. Pour préparer la pâte à la main, dans un récipient battez les œufs et la farine au fouet. Ajoutez graduellement le lait, l'eau et le sel. Battez jusqu'à ce que la farine soit complètement absorbée par le liquide. Passez le mélange au chinois fin et versez dans un bol. Ajoutez le beurre fondu. La pâte doit avoir une consistance de crème double. Si elle est trop épaisse, ajoutez un peu d'eau par petites quantités. Laissez reposer dans le réfrigérateur durant 1 à 2 heures avant de l'utiliser.

Faites chauffer l'appareil à crêpes ou une poêle de 15 cm à feu vif. Enduisez-la légèrement du mélange de beurre et huile, avec un pinceau. Versez environ 2 cuillerées à soupe de pâte. Inclinez la poêle afin que la pâte s'écoule rapidement et uniformément dans le fond. Renversez l'excédent de pâte dans le bol. Il faut que la crêpe soit fine comme une feuille de papier. Cuisez une minute jusqu'à ce que vous obteniez un léger blond. Retournez-la avec une spatule. Cuisez l'autre face une minute. Posez-la sur un plat. Badigeonnez à nouveau la poêle et recommencez. Faites les crêpes aussi fines que possible avec grand soin. Si c'est nécessaire, ajoutez un peu d'eau par petites quantités dans la pâte.

DUXELLES : Mettez les champignons dans un linge et pressez pour en extraire au maximum l'eau de végétation. Faites chauffer 4 cuillerées à soupe de beurre dans une poêle de 24 à 26 cm à feu modéré. Avant qu'il ne soit fondu, ajoutez les échalotes. Cuisez-les en mélangeant constamment 1 à 2 minutes jusqu'à ce qu'elles soient tendres mais pas brunes. Ajoutez les champignons pressés, cuisez en mélangeant fréquemment 10 à 15 minutes jusqu'à ce qu'ils soient dorés à point et que le liquide soit évaporé. Mettez-les dans un récipient, mélangez le persil et la ciboulette, salez, poivrez. Vous obtenez une tasse environ de Duxelles.

SAUCE VELOUTÉE : Faites fondre dans une casserole de 3 à 4 litres 6 cuillerées à soupe de beurre, ajoutez une 1/2 tasse de farine. Cuisez à feu doux en mélangeant constamment environ une minute. Retirez du feu, laissez reposer un petit moment. Versez-y en fouettant vigoureusement le bouillon de poule. Lorsque le roux et le liquide sont bien incorporés, remettez sur feu moyen. Portez à ébullition en travaillant le tout. Laissez bouillir une minute en travaillant toujours. Retirez du feu. Battez les œufs et 3/4 de tasse de crème double au fouet dans un récipient. Délayez le mélange avec 1/2 tasse de sauce chaude ajoutée par 2 cuillerées à soupe chaque fois. Renversez doucement le mélange dans la sauce chaude hors du feu. Fouettez jusqu'à ce que la sauce devienne crémeuse et lisse. Portez à nouveau à ébullition à feu moyen en travaillant continuellement, laissez bouillir doucement durant 10 secondes. Retirez du feu, assaisonnez avec sel, poivre et jus de citron. Cette préparation représente environ 3 tasses 1/2 de sauce très épaisse.

FARCE : Chauffez le four à 170°. Mettez dans un grand récipient les foies de poulet (les crevettes ou les cœurs d'artichauts avec le jambon). (Sautez les cœurs d'artichauts finement émincés dans 2 cuillerées à soupe de beurre, 1 à 2 minutes, ajoutez le jambon et cuisez-les une minute). Mélangez-y la Duxelles et 1/2 tasse de sauce veloutée. Le



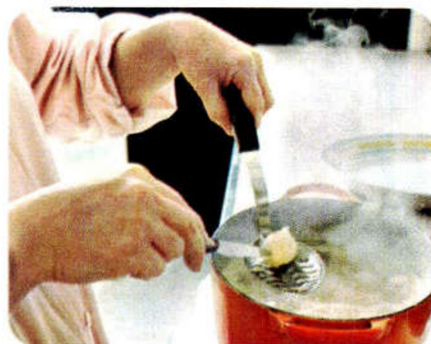
mélange doit être assez solide, ajoutez encore 1/2 tasse de sauce veloutée si c'est nécessaire. Goûtez, assaisonnez avec le jus de citron, le sel et le poivre. Garnissez les crêpes avec à peine 2 cuillerées à soupe de farce et roulez-les en faisant attention afin de ne pas faire de pli aux extrémités de la crêpe. Délayez la sauce avec un peu de crème double afin qu'elle s'écoule lourdement de la cuiller. Beurrez un grand plat de service allant au four. Versez dans le fond une couche de sauce veloutée. Arrangez les crêpes côte à côte dans le fond du plat. Couvrez-les avec le restant de la sauce, poudrez de fromage râpé. Parsemez de petits morceaux de beurre. Faites cuire au four 15 à 20 minutes jusqu'à ce que la sauce bouille et que la surface soit légèrement dorée. Sinon, mettez le plat juste sous le feu pendant quelques secondes. Servez aussitôt.

N. du P. : C'est beaucoup de travail pour un mince résultat ! C'est le plat-type devant étonner et séduire une étrangère mais c'est de la fausse grande cuisine et anti-gastronomique au possible.

Les crêpes fourrées, que l'on sert en hors-d'œuvre, sont garnies d'un ensemble de produits (présentés ci-dessus sur la planche) et comportant des champignons préparés en duxelles *(en haut à gauche)*, des morceaux de foies de volaille, des crevettes (présentées sur de l'estragon); on peut également incorporer du jambon et des cœurs d'artichauts *(à droite)*. Les crêpes sont ensuite garnies de sauce et gratinées.



La cuisson de la marinade des légumes permet de faire donner aux fines herbes et à l'assaisonnement leurs diverses saveurs.



Pour voir si les oignons sont cuits à point, tâtez-les de la pointe d'un couteau acéré.

Après refroidissement et bien marinés, les oignons, les courgettes, les piments et les haricots verts sont décorés de quartiers et de rondelles de citron.

Légumes à la grecque

Pour 8 à 10 personnes

MARINADE

- 3 verres de bouillon (si possible de volaille) ou d'eau
- 1 verre de vin blanc sec
- 1 tasse d'huile d'olive
- 1/2 tasse de jus de citron
- 6 branches de persil
- 2 grosses gousses d'ail émincé
- 1/2 cuillerée à café de thym sec
- 10 grains de poivre
- 1 cuillerée à café de sel

LÉGUMES

- 24 petits oignons nouveaux, pelés
- 450 g de potiron coupé en tranches
- 450 g de courgettes coupées en tranches de 2,5 cm d'épaisseur, non pelées
- 3 poivrons, épépinés, coupés en fine julienne
- 250 g de petits pois écossés
- 2 citrons coupés en tranches

MARINADE : Mettez tous les ingrédients dans une casserole de 4 à 6 litres en fonte émaillée ou en cuivre étamé. Portez à ébullition. Couvrez à moitié, laissez mijoter doucement pendant 45 minutes. Passez la marinade au chinois fin en pressant fortement les ingrédients avec le dos d'une cuiller. Remettez la marinade dans la casserole, rectifiez l'assaisonnement. Une bonne marinade doit être bien assaisonnée. Cette préparation est d'environ 5 tasses.

LÉGUMES : Faites bouillir la marinade, ajoutez les oignons, couvrez. Faites cuire 20 à 30 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient juste tendres. Retirez-les avec une cuiller en bois et posez-les dans un plat en verre allant au four.

Mettez dans la marinade les potirons et les courgettes. Cuisez doucement 10 à 15 minutes sans couvrir. Quand ils sont à peine cuits, retirez-les et mettez-les à côté des oignons. Faites cuire finalement les poivrons et les petits pois dans la marinade 8 à 10 minutes. Les légumes ne doivent pas être trop cuits. Retirez les poivrons et les petits pois, mettez-les avec les autres légumes. Rectifiez l'assaisonnement de la marinade. Versez-la sur les légumes. Le liquide doit couvrir au moins une partie de tous les légumes.

Couvrez le plat avec une feuille de papier aluminium et mettez-le dans le réfrigérateur. Laissez au frais au moins pendant 4 heures ou une nuit si possible. Retirez les légumes marinés avec une louche, arrangez sur le plat de service. Mouillez avec la marinade, garnissez de tranches de citron.

NOTA : Les autres légumes fermes peuvent s'ajouter ou se remplacer, comme champignons, cœurs de céleri, poireaux, concombres, poivrons rouges, cœurs d'artichauts, têtes de choux-fleurs, etc.

Anchoïade

Pour 4 à 5 personnes

- 2 boîtes de filets d'anchois (60 g chacune)
- 2 gousses d'ail finement haché
- 1 cuillerée à soupe de tomate concentrée
- 1 cuillerée 1/2 à soupe d'huile d'olive
- 2 cuillerées à soupe de jus de citron ou de vinaigre de vin
- Poivre noir
- 8 à 10 tranches de pain de mie (1,5 cm à 2 cm d'épaisseur)
- 1 cuillerée à soupe de persil ciselé

Égouttez les anchois à l'huile. Mettez-les au pilon avec l'ail et la tomate concentrée. Pilez jusqu'à ce que vous obteniez une pommade. Versez l'huile par petites quantités afin que le mélange prenne l'aspect d'une mayonnaise.

Chauffez le four à 260°. Faites griller une face des tranches de pain. Quand elles sont dorées légèrement, étalez le mélange sur la face non grillée. Pressez dessus avec le dos d'une fourchette, faites griller au four 10 minutes. Poudrez de persil et servez chaud.

NOTA : Si les anchois sont salés, trempez-les dans l'eau froide pendant 10 minutes et essorez-les dans un linge ou une serviette en papier.

Sauce mayonnaise

Pour 3 tasses

- 3 jaunes d'œufs à la température ambiante
- 1 à 3 cuillerées à café de jus de citron ou de vinaigre de vin rouge
- 1/2 cuillerée à café de moutarde
- 1/2 cuillerée à café de sel
- 1/8 de cuillerée à café de poivre blanc
- 1 verre 1/4 d'huile (d'olive, d'arachide ou de mélange des deux)
- 2 cuillerées à soupe d'eau bouillante (facultatif)

Passez un grand récipient dans l'eau chaude, essuyez et mettez-y les jaunes d'œufs. Avec un fouet à main ou un appareil électrique, battez-les vigoureusement une minute jusqu'à ce qu'ils prennent l'épaisseur voulue. Ajoutez une cuillerée à café de jus de citron, la moutarde, le sel et le poivre. Versez l'huile doucement par demi-cuillerées à café, en faisant absorber totalement chaque cuillerée d'huile avant d'en ajouter. Lorsque la sauce est devenue assez épaisse, versez le reste d'huile par grandes quantités en fouettant continuellement. Goûtez, assaisonnez de sel, poivre et jus de citron si c'est nécessaire. Pour obtenir une sauce mayonnaise crémeuse et éviter qu'elle ne tourne, versez de l'eau bouillante, une cuillerée à soupe à la fois. Réservez la mayonnaise au réfrigérateur en la couvrant, jusqu'à utilisation.

Pour la mayonnaise aux fines herbes, ajoutez 2 cuillerées à soupe de persil, une cuillerée à soupe de ciboulette et d'estragon.

N. du P. : La mayonnaise classique ne comporte pas de moutarde.

On utilise du poivre blanc parce que le poivre noir colorerait la sauce mais, en réalité, le poivre noir est meilleur et l'esthétique ici doit céder le pas à la satisfaction gourmande.

Avec la moutarde, on obtient une mayonnaise moutardée; avec les herbes, la mayonnaise aux herbes. Si l'on y ajoute un tiers de gelée fondue, c'est la mayonnaise collée (pour l'enrobage des mets froids et les préparations dites « à la russe »).

Sauce hollandaise

Pour 1 tasse 1/2

- 12 cuillerées à soupe de beurre
- 3 jaunes d'œufs
- 1 cuillerée à soupe de beurre ramolli
- 1 cuillerée à soupe de jus de citron
- 1 cuillerée à soupe de crème double
- Sel
- Poivre blanc

Faites fondre le beurre dans une casserole. Mettez de côté. Dans une casserole contenant 6 à 8 tasses, en fonte émaillée, battez les jaunes d'œufs au fouet, ajoutez le jus de citron. Mettez à feu doux, ajoutez le beurre ramolli en fouettant constamment jusqu'à ce que le beurre soit incorporé et crémeux. Retirez du feu, ajoutez la crème double. Versez le beurre fondu par petites quantités. Une sauce hollandaise doit être aussi épaisse qu'une crème double. Rectifiez l'assaisonnement.

N. du P. : La casserole peut être aussi en porcelaine ou en terre à feu, en Pyrex, etc.

Même remarque pour le poivre qu'avec la mayonnaise.

Il n'y a pas de crème dans la « vraie » hollandaise. Si l'on y ajoute de la crème, il faut qu'elle soit fouettée et cela devient la sauce Chantilly, ou mousseline.

Ajoutez 60 g de beurre noisette à une hollandaise pour la servir avec du poisson poché (turbot, bar, saumon, etc.).

Sauce béarnaise

Pour 1 tasse 1/2 à 2 tasses

- 1/4 de verre de vinaigre et estragon mariné
- 1/4 de verre de vin blanc sec
- 1 cuillerée à soupe d'échalotes finement hachées
- 2 cuillerées à soupe d'estragon frais ou 2 cuillerées à café d'estragon sec et 1 cuillerée à soupe de persil, ciselés
- 1 tasse 1/2 de sauce hollandaise *(voir recette ci-dessus)* préparée sans jus de citron
- Sel
- Poivre blanc

Mélangez dans une petite casserole le vinaigre, le vin, les échalotes et une cuillerée à soupe d'estragon. Portez à ébullition. Faites réduire afin qu'il ne reste que deux cuillerées à soupe. Passez au chinois fin en pressant fortement les herbes, versez dans la sauce hollandaise et ajoutez le restant d'estragon. Goûtez, assaisonnez avec sel et poivre.

Sauce vinaigrette

Pour 1/2 tasse

- 2 cuillerées à soupe de vinaigre de vin
- Sel
- Poivre noir
- 1/4 de cuillerée à café de moutarde (facultatif)
- 6 à 8 cuillerées à soupe d'huile d'olive

Mélangez le vinaigre, un peu de sel, du poivre et de la moutarde jusqu'à ce que le sel soit absorbé par le liquide. Ajoutez doucement l'huile par petites quantités en battant constamment. Goûtez, assaisonnez.

NOTA : Le jus de citron est utilisable. On peut aussi mélanger le jus de citron et le vinaigre par moitié.

N. du P. : L'huile d'arachide, mais aussi les huiles de maïs ou de tournesol pour les régimes, les huiles de noix ou de noisette pour les gourmets peuvent remplacer l'huile d'olive.

Terrine « maison »

Pour 10 à 12 personnes

450 g de graisse de porc (panne) hachée grossièrement
700 g de porc (échine maigre) haché grossièrement
700 g de foie de veau (de bœuf ou de porc) haché grossièrement
300 g de veau maigre haché grossièrement
5 cuillerées à soupe de beurre
1/3 de cuillerée à soupe d'échalotes finement hachées
1/2 cuillerée à café d'ail finement haché
300 g de foies de poulet
1/4 de verre de cognac
3 cuillerées à soupe de crème double
2 cuillerées à café de jus de citron
2 cuillerées à soupe de farine
1 œuf légèrement battu
1/2 cuillerée à café d'épices parisiennes ou de piment
1 cuillerée 1/2 à soupe de sel
Poivre noir
120 g de langue de bœuf fumée, cuite, ou de jambon cuit coupé en cubes de 6 mm (environ 1 tasse) (facultatif)
250 g de fines bardes de lard, de gras de porc dans le filet ou de gras de petit salé, coupé en bardes de 3,5 cm de large
1 grande feuille de laurier

Mélangez dans un grand récipient les viandes hachées. Dans une poêle de 24 à 26 cm, faites fondre 3 cuillerées à soupe de beurre à feu doux, ajoutez les échalotes et l'ail. Laissez cuire 5 minutes jusqu'à ce qu'ils soient tendres mais pas bruns, en mélangeant fréquemment. Avec une spatule, mettez dans le récipient avec les viandes.

Dans la même poêle, faites fondre le reste du beurre (2 cuillerées à soupe), ajoutez les foies de poulet coupés en tranches. Faites-les sauter 3 à 4 minutes jusqu'à ce qu'ils deviennent fermes mais que l'intérieur reste rosé. Retirez, mettez à part dans un plat. Versez le cognac dans la poêle chaude. Faites réduire jusqu'à ce qu'il ne reste que 2 cuillerées à soupe. Frottez le fond pour détacher les petits morceaux de viande et échalotes qui y adhèrent. Versez avec les viandes. Mettez la poêle de côté.

Ajoutez avec les viandes, la crème double, le jus de citron, la farine, l'œuf légèrement battu, les épices ou le piment, sel et poivre. Pétrissez fortement avec les mains puis avec un pilon de bois ou avec un appareil électrique. Travaillez le tout jusqu'à ce que vous obteniez une purée. Ajoutez la langue de bœuf ou le jambon si vous l'utilisez. Sinon, remplacez-le par une bonne cuillerée de porc haché, sauté à la poêle que vous gardez à part. Rectifiez l'assaisonnement si c'est nécessaire.

Chauffez le four à 180°. Bardez un moule rectangulaire de 3 litres (le moule à terrine ou un plat en terre profond en métal ou en verre allant au four). Arrangez les bardes selon leur taille, dans le sens de la longueur ou de la largeur. Il faut que les bardes couvrent complètement le fond et tous les côtés du moule. Même si elles sont trop longues, laissez-les telles quelles afin qu'elles couvrent la surface de la terrine.

Mettez d'abord la moitié de la préparation. Disposez dessus les foies de poulet. Enfoncez-les avec une spatule en caoutchouc ou le dos d'une cuiller. Remplissez le moule avec le restant de la préparation.

Arrangez la surface avec la spatule, couvrez avec la barde longue. Placez au centre la feuille de laurier. Couvrez soigneusement avec du papier aluminium.

Mettez le moule dans une grande casserole remplie d'eau bouillante afin que le moule baigne à mi-hauteur. Placez le tout dans le milieu du four. Faites cuire durant deux heures jusqu'à ce que la graisse et le jus de cuisson montent à la surface et prennent une teinte jaune clair.

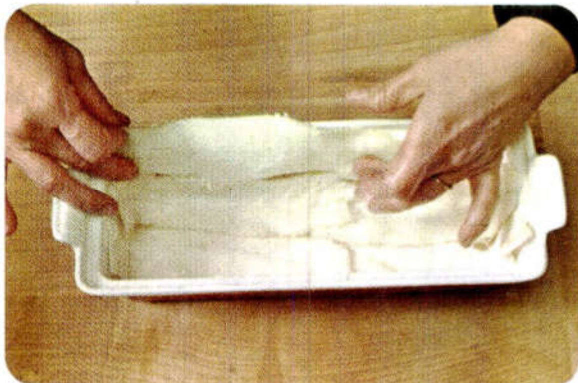
Retirez la terrine du four, remplacez le papier aluminium par un nouveau. Mettez par dessus un poids d'au moins 1 kg. Laissez reposer la terrine avec le poids, dans un endroit tempéré, puis mettez au réfrigérateur.



Traditionnellement, une terrine est cuite au four dans un récipient en terre cuite, similaire à la terrine décorée présentée ci-dessus. Tout grand récipient en métal, en verre ou en porcelaine fera aussi bien l'affaire.

Comment réaliser une terrine parfaite

Une savoureuse terrine constitue un premier plat de choix et ce mets est facile à réussir. Assez similaires aux pâtés et souvent désignées sous ce nom, les terrines (à la française) se composent de viande finement hachée, assaisonnée avec soin et cuite dans un moule chemisé de lard.



1 Garnir le fond et les côtés du moule avec de fines bardes disposées soit en long, soit en travers.



2 Étaler la moitié de la viande à l'intérieur de la terrine et aplanir la couche dans les coins, à l'aide d'une spatule.



3 Disposer des morceaux de foies de volaille sautés au centre de la terrine, puis étaler le reste de la viande hachée.



4 Recouvrir la viande avec une barde.



5 Garnir d'une feuille de laurier et fermer la terrine à l'aide d'une feuille de papier aluminium, que l'on insérera le long des bords du moule.



6 Ajuster le couvercle de la terrine et la placer dans un grand récipient, que l'on emplit d'eau bouillante, afin de composer le bain-marie dans lequel la terrine cuira.

7 Une tranche de terrine, un morceau de pain croustillant, un verre de vin constituent un délicieux hors-d'œuvre.








V

Le pain : cet aliment aussi loyal que croustillant

Dire que le pain est aussi indispensable aux Français que le riz aux Chinois et la pomme de terre aux Allemands est une vérité première, facile à contrôler par les statistiques. Quiconque a subi l'influence de la mystique du pain de France éprouve des difficultés à cataloguer cet aliment comme simple source de nourriture à base d'amidon.

Il est vrai que le Chinois n'accepterait pas de bon cœur de le substituer à son riz, pas plus que l'Allemand à ses pommes de terre que son épouse sait accommoder de mille manières. Mais, inversement, on peut prétendre que le Français moyen éprouverait une répugnance similaire s'il était obligé de remplacer sa ration quotidienne de pain par un produit analogue du point de vue teneur en amidon.

En ce qui concerne cette base essentielle de leur nutrition, les Français sont très exigeants. Il faut que le pain soit frais (*), c'est-à-dire tiré du four quelques heures plus tôt; quoique à contre-cœur, le Français accepte la fermeture hebdomadaire des boulangeries; ne faut-il pas laisser refroidir le four de temps à autre ? C'est le jour des décisions désespérées; ceux qui répugnent à faire griller leur pain pour oublier qu'il est rassis n'ont plus qu'à se rabattre sur le pain à consistance d'éponge, ironiquement baptisé « pain de santé »,

Tout juste sortis du four et encore chauds, ces parisiens et ces baguettes ont été disposés dans un panier, tout prêts à être livrés à domicile. Ces pains n'y demeureront pas longtemps car les ménagères tiennent à avoir du pain très frais.

(*) - C'est trop généraliser. D'abord les Français qui consommaient 900 g de pain par jour il y a quelques siècles n'en mangent plus que 250 g. Ensuite ce pain frais, ces baguettes croustillantes, régal des midinettes et des citadins en général, n'est pas également considéré de tous. Les paysans — et quelques citadins de qualité — préfèrent le pain rassis. A Paris même, dégoûtés du pain courant, que les procédés modernes rendent malsain, le succès du pain paysan, au levain et cuit au feu de bois, est certain. A telle enseigne que l'on vend sur certains marchés des miches soi-disant au levain et du pain de campagne qui ne l'est pas. Mais le succès d'un Poilâne (tout son pain est encore cuit et pétri à l'ancienne, en sa boulangerie de la rue du Cherche-Midi) est symptomatique. (N. du P.).

qui, parce que composé de farine non blutée, demeure acceptable, même s'il est cuit de la veille.

Certains aiment le pain croustillant et presque brun, d'autres le préfèrent plus clair, mais suffisamment sec pour que les miettes demeurent tranchantes. Pour ce qui est de la forme de la miche, chaque famille a ses préférences. En général, les boulangers réussissent à satisfaire les exigences de la clientèle du voisinage, mais je connais des ménagères qui traversent toute la ville pour aller acheter une miche plus épaisse de quelques centimètres, plus longue d'une main ou une baguette particulièrement fine. Dans les petites villes, le boulanger est très bon commerçant; il pousse l'amabilité jusqu'à conserver toute la journée les trois pains qu'un client viendra ramasser le soir et, dès l'aube, il fera déposer sur le rebord d'une des fenêtres de son domicile les deux croissants de la vieille dame, retenue chez elle par les rhumatismes. Un peu partout, mais de moins en moins sauf à la campagne, il est d'usage que le boulanger, moyennant une somme modique, fasse cuire certains plats pour ses clients. Mais le plus souvent, dans le profond four, il ne dispose que ses fournées de pains ou de petits pains, qu'il déplace gaillardement à grands coups de pelles en bois, au manche souple comme les perches dont se servent les athlètes. Les brioches et les petits pains de fantaisie exigent des températures de cuisson variées et des fours différents; on les trouve plutôt dans les pâtisseries.

Le pain est-il aussi bon qu'autrefois ?

Les boulangers ne chauffent plus leurs fours au bois, au charbon, au charbon de bois comme autrefois, mais l'équipement des anciens fours avec des systèmes de chauffe à l'électricité ou au gaz et, hélas, au mazout permet de produire un pain qui, s'il est peut-être moins exquis que dans le temps, n'en demeure pas moins d'apparence comestible.

En France, on mange du pain aux trois repas : au petit déjeuner, il accompagne le café au lait (*) ou le chocolat chaud; au déjeuner, il est présent sur la table des hors-d'œuvre au fromage et ne disparaît qu'au moment où on nettoie la nappe, avant de servir le dessert. Enfin, au dîner, nombreux sont ceux qui en mangent avec leur potage.

Toutes les ménagères savent calculer la quantité quotidienne de pain nécessaire à la maisonnée. Aussi en reste-t-il très peu et les résidus sont traités avec égard. Le pain rassis est utilisé pour la confection des farces, quand on n'en fait pas un dessert, le « pain perdu ». Ailleurs qu'en France, ce dessert est souvent servi au petit déjeuner. Enduites d'une pâte aux œufs, puis grillées et servies avec du miel ou du sirop d'érable, ces tranches de pain prennent aux États-Unis le nom de « toast à la française ». En France, le « pain perdu », parfumé avec quelques gouttes d'un alcool, du rhum par exemple, est poudré de sucre et on peut l'accompagner d'une gelée de fruits, ou de beurre. Pour préparer un tel dessert, rien ne vaut le bon gros pain français.

Qu'importent les dimensions, le poids, la forme du pain, qu'importe s'il faut faire des kilomètres pour aller chercher un pain particulièrement croustillant et à son goût ! Pour un Français, il n'est pas de vrai repas sans bon pain; toute sa journée, toute sa vie même est en quelque sorte fonction de la qualité de cet aliment, du moins en juge-t-il ainsi.

(*) - Ce café au lait qui était le symbole du petit déjeuner du Français moyen depuis un siècle tend à céder le pas au simple thé ou au café noir avec biscottes (question de régime). Ceux qui, au contraire, préfèrent imiter les hommes de la terre, déjeunent « à la fourchette ». Il n'y a pas si loin des *eggs and bacon* anglo-saxons au petit salé froid ou au morceau de fromage dont se régalent les paysans, les ouvriers, durant la pose matinale et même certains gourmets qui prônent le « mâchon » matinal. (N. du P.).

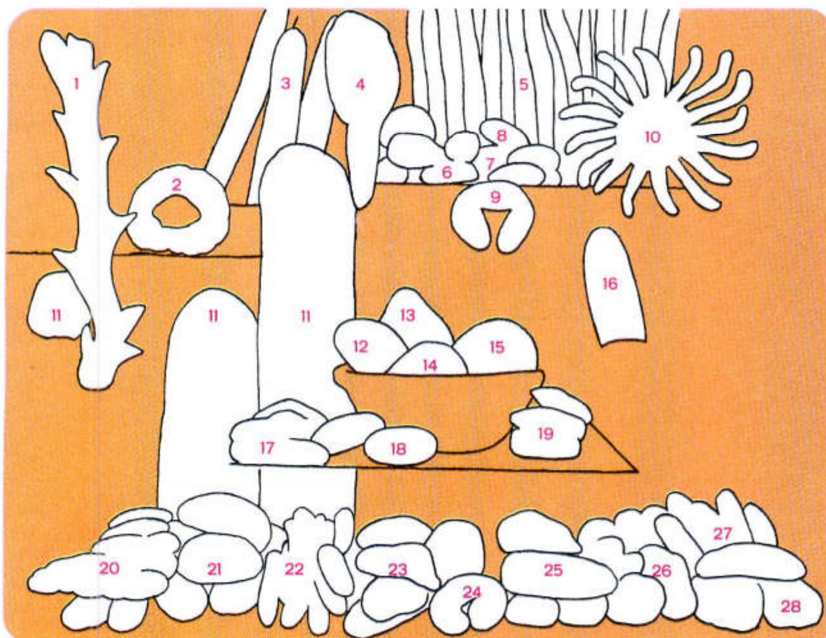
Du pain frais sous différentes formes

En France, la forme, les dimensions et le parfum du pain frais sont d'une grande diversité. Les illustrations des pages 82-83 présentent quelques-unes de ces formes et le schéma ci-dessous fournit des indications sur les pains en question. Du point de vue de la vente, la baguette (5), un pain doré, long de 60 cm et de 5 à 6 cm d'épaisseur, vient en tête; se classe ensuite le parisien (3), qui est plus court, plus gros et comporte davantage de mie. Divers genres de pains, à présent très répandus d'un bout à l'autre de la France, ont vu le jour au fond d'une province, voire à l'étranger.

Presque tous les pains à farine complète — la tourte d'Auvergne (8) par exemple — sont d'origine provinciale. La natte ordinaire (20) et la natte au cumin (28) viennent d'Autriche et le pain espagnol (13) d'au-delà des Pyrénées. Bon nombre de boulangers français fabriquent des pains de leur invention, dont ils sont particulièrement fiers. Doré et fendu, le petit Saint-Ouen (21) est une spécialité de la boulangerie appartenant à M. Saint-Ouen, et qui a réalisé la vitrine reproduite en illustration. Une mention doit être réservée au croissant (23-24), à la pâte légère et riche en beurre (*). De même que la brioche (26), le croissant est apprécié au petit déjeuner et les Français l'accompagnent de rasades de café au lait ou de chocolat.

NOTA - Ce chapitre ne contient pas de recette. A de rares exceptions près, les Français ne fabriquent plus leur pain à domicile.

(*) - Ou en margarine, hélas ! Car aucune loi ne protège le beurre français obligeant l'indication de la matière grasse utilisée. (N. du P.).



Les divers genres de pains qui figurent sur les deux pages suivantes sont énumérés ci-dessous :

1 - Épi de Charente
2 - Couronne tressée
3 - Parisien
4 - Palette
5 - Baguette
6 - Pain bis de campagne
7 - Pain de seigle
8 - Tourte d'Auvergne
9 - Couronne sarthoise
10 - Soleil
11 - Pains au levain (de tailles diverses)
12 - Pain alsacien
13 - Pain espagnol
14 - Pain cuit au bois
15 - Fendu de gruau
16 - Sarthoise
17 - Cassadière corse
18 - L'Empereur
19 - Bagnat
20 - Natte ordinaire
21 - Petit Saint-Ouen
22 - Petit pain ordinaire
23 - Croissant au beurre
24 - Croissant ordinaire
25 - Natte au pavot
26 - Brioche
27 - Main provençale
28 - Natte au cumin


Pain Espagnol
Natte Ordinaire
Petits Pains Ordinaire
Croissant Beurre





VI

Les soupes, riches ou légères

Une riche soupe, comme celles que présente la page opposée, constitue un véritable plat. De haut en bas : la soupe de pois cassés, la soupe de légumes agrémentée d'ail, de basilic et de sauce tomate, la soupe à l'oignon, toutes présentées dans les marmites ou pots dans lesquelles elles ont été cuites. En France, le dîner se résumait souvent autrefois à une soupe de ce genre, accompagnée de pain.

Une marmite noire, qui fume sur la cuisinière et dans laquelle mijote une soupe délicieuse ! Lorsque nous évoquons la cuisine d'une demeure française, cette image, romantique mais exacte, vient à l'esprit. Dans cette marmite, on enfourne les os, les carcasses de volailles, les croûtons de pain pour préparer une simple « soupe campagnarde ».

En vérité, en quelques jours, le potage prend un goût de vieux os. Il faut que la soupe soit fraîche. Curnonsky, « prince des gastronomes », a dit d'un plat que sa saveur doit réunir les éléments qui le constituent. Il en est de même des soupes.

Pour consoler ceux qui se désolent de ne plus pouvoir évoquer la marmite noire ronronnant sur le feu, précisons que la cuisinière française ne jette pas les bons os, les abats et tous ces restes, riches de saveurs inexploitées. Elle fait réduire ces produits avec quelques fines herbes et obtient des fonds qu'elle met de côté (*).

Au lieu de passer la poêle sous le robinet, elle y verse un fond de verre de vin blanc ou rouge, après avoir disposé sur un plat les côtelettes de mouton cuites à point. Ainsi enrichi, le jus est versé sur le plat ou mis de côté pour la soupe du soir. La soupe est donc constituée par ce fond auquel on ajoute quelques légumes frais, hachés, sautés à la poêle et le riche jus qu'ils produisent. Une poignée de vermicelle et, à la dernière minute, du persil frais complètent la préparation.

Dans la plupart des familles françaises, la soupe ne figure pas au repas de midi, mais elle constitue un des plats principaux du dîner et

(*) - Les fonds utilisés en grande cuisine sont, en fait, l'apanage des chefs. Un potage est une chose, une soupe une autre et, contrairement au sens initial du mot, une soupe peut ne pas contenir de pain. De toute façon, une soupe peut parfaitement cuire et demeurer jusqu'au lendemain sur le coin du feu, à condition qu'il n'y entre pas de pain. (N. du P.).

elle est suivie d'un mets aux œufs ou d'un légume, puis d'un dessert léger : une crème, des fruits cuits, par exemple.

En France, pour ce qui est du régime courant, la soupe est un plat simple; elle ne doit pas entraver la digestion et gêner le sommeil. On évitera de la rendre trop riche ou d'y incorporer des ingrédients inhabituels. A défaut d'abats et de restes, le potage sera fait à partir d'un bouillon de bœuf, voire de lait ou d'eau.

A la campagne, la soupe figure parfois au repas de midi; si le plat principal est constitué par un pot-au-feu, on servira au préalable le bouillon; il en est de même pour la poule-au-pot. Dans les grandes occasions, un potage léger figurera au menu du déjeuner. Si ce potage est servi froid, il est rarement épaissi par un quelconque produit gélatineux, mais ses composants lui assurent une certaine densité.

Généralement, on évite de mettre au menu du dîner un plat relativement complexe comme la bouillabaisse; trop riche, trop chargé de divers éléments excitants, ce mets n'est guère propice au sommeil. Dans cette catégorie de soupes, appelées à figurer au menu du repas de midi, citons la cotriade (une sorte de bouillabaisse bretonne); la bourride (une crème d'ail et de poisson); la soupe au pistou (faite de légumes mais rehaussée d'une pommade d'ail et de basilic). A quelques-unes de ces soupes correspond une sauce spéciale, qui leur est incorporée pour en accroître la saveur, mais qui est toujours servie séparément, ce qui permet de renforcer encore le piquant du plat.

La rouille, préparation très pimentée qui accompagne la bouillabaisse, doit être additionnée à ce plat pour chaque convive, selon son goût. Simple mayonnaise comportant beaucoup d'ail, l'aïoli s'ajoute à la bourride pour lui donner une belle couleur jaune d'œuf, mais elle se sert aussi à part, de façon à ce que les convives friands d'ail en mettent à leur guise. La soupe au pistou, un mélange de légumes de Provence, tire son nom du pistou, une mixture à base d'ail et de basilic.

Les cuisines provinciales ont engendré au fil des siècles des soupes très diverses. Un grand nombre d'entre elles sont composées surtout de légumes et portent le nom de potages de santé; leurs recettes sont très anciennes et découlent d'une motivation aussi vive que celle qui poussait les paysans, cloîtrés l'hiver dans leurs masures, à conduire les bêtes dans les prés au premier souffle du printemps et à cueillir des herbes et des racines.

Composées d'oseille, d'épinards, de diverses herbes, de champignons et rehaussées de crème ou de beurre, ces soupes ont eu de tout temps un goût exquis, qui autrefois faisait oublier la nourriture hivernale, faite de navets, de pommes de terre, de choux, d'oignons et d'ail. Dans un pays comme la France, qui a pu survivre à tant d'épreuves, les diverses façons que l'on emploie pour préparer ces potages, essentiels à la santé, sont le fruit d'une longue expérience.

« Une bonne soupe suffit, s'il y a assez de soupe », ce dicton, qui se comprend en France étant donné le régime alimentaire du pays, est peut-être plus malaisé à saisir pour l'étranger, habitué à prendre le soir un repas plus compliqué et qui aurait bien du mal à changer ses usages, à se contenter l'hiver d'une riche soupe, l'été d'un potage léger et sain. D'ailleurs, nulle part en France aujourd'hui, même chez les plus pauvres, on ne se contente d'une soupe pour le dîner.

Les potages plus légers constituent des entrées, figurant au menu des dîners plus fins; citons *(énumérés de haut en bas)* la crème d'asperges, le potage poireaux-pommes de terre, appelé aussi Vichyssoise, et le velouté de carottes.






CHAPITRE VI RECETTES

Potage purée de pois cassés

Pour 4 à 6 personnes

2 tasses de petits pois cassés, secs
5 verres de fond de volaille
Bouquet garni, fait avec 2 branches de persil, 2 pieds de céleri, 1 feuille de laurier attachés ensemble
1/4 de cuillerée à café de thym sec
Os de jambon (facultatif)
4 cuillerées à soupe de beurre
120 g de petit salé coupé en dés fins
1/2 tasse de carottes coupées en petits dés
1/2 tasse d'oignon émincé
1 gros poireau coupé en julienne (blanc plus 5 cm de vert), ou 1 oignon émincé
1 tasse d'épinards ou de laitue grossièrement hachés
1/2 tasse de petits pois frais, écossés (environ 250 g avec les cosses)
Sel
Poivre noir
250 g de jambon à l'os coupé en dés (environ 2 tasses)

Lavez les pois cassés dans l'eau froide courante. Dans une casserole de 5 à 6 litres, mettez le fond de volaille, portez à ébullition et versez les pois cassés. Ajoutez le bouquet garni, le thym et l'os de jambon. Réduisez le feu, laissez mijoter à moitié couvert 30 minutes à une heure, jusqu'à ce que les petits pois soient tendres mais pas en purée.

Pendant ce temps, faites chauffer 2 cuillerées à soupe de beurre dans une poêle de 24 à 26 cm. Faites sauter les morceaux de petit salé jusqu'à ce qu'ils rendent le gras. Retirez-les. Faites cuire avec le gras rendu les carottes, les oignons, le poireau et les épinards sans couvrir, à feu doux pendant 5 minutes jusqu'à ce que les oignons soient souples et les épinards se fanent. Lorsque les petits pois sont cuits, mélangez tous les légumes inclus les petits pois frais à la soupe et faites mijoter à nouveau 30 minutes sans couvrir. Retirez le bouquet garni et l'os du jambon. Passez le potage en purée au moulin puis au chinois. Goûtez, assaisonnez de sel et poivre. Ajoutez les morceaux de jambon sautés. Si le potage est trop épais, ajoutez un peu de fond ou d'eau.

Retirez la casserole du feu, ajoutez le reste de beurre par petites quantités. Versez dans une soupière ou dans des bols individuels.

Soupe à l'oignon

Pour 6 à 8 personnes

4 cuillerées à soupe de beurre
2 cuillerées à soupe d'huile d'arachide
900 g d'oignons finement émincés (environ 7 tasses)
1 cuillerée à café de sel
3 cuillerées à soupe de farine
3 litres de bouillon de viande ou mélangé de viande et de volaille ou plus simplement d'eau

LES CROÛTONS
12 à 16 tranches de pain coupées à 2,5 cm d'épaisseur
2 cuillerées à café d'huile d'olive
1 gousse d'ail coupée en deux
1 tasse de fromage râpé ou mélange de gruyère et parmesan

Dans une casserole de 5 à 6 litres, faites chauffer le beurre et l'huile à feu doux. Faites cuire les oignons, salez, mélangez durant 20 à 30 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient bien colorés. Ajoutez la farine, faites cuire en mélangeant toujours 2 à 3 minutes.

Retirez la casserole du feu. Dans une autre casserole, faites bouillir le bouillon puis versez-le sur les oignons. Laissez mijoter à feu doux, à moitié couvert, durant 30 à 40 minutes. Écumez de temps en temps. Goûtez, assaisonnez de sel et poivre, si c'est nécessaire.

Pendant que vous laissez mijoter la soupe, préparez les croûtons. Faites chauffer le four à 160°. Posez les tranches de pain sur une grille et faites-les griller pendant 15 minutes. Huilez légèrement les deux faces des morceaux de pain avec un pinceau. Retournez-les afin qu'ils dorent sur les deux faces. Frottez chaque tranche avec la gousse d'ail des deux côtés et mettez à part.

Pour servir, tapissez l'intérieur d'une soupière avec les tranches de pain ou mettez-les dans des bols individuels. Versez la soupe par dessus. Servez le fromage râpé à part.

ALTERNATIVE : Pour faire une soupe à l'oignon gratinée, chauffez le four à 170°. Versez la soupe dans une soupière ou dans des bols individuels. Posez par dessus les tranches de pain, poudrez de fromage râpé. Faites gratiner 10 à 20 minutes ou jusqu'à ce que le fromage soit fondu. Si vous voulez colorer le dessus, mettez la soupière juste sous le gril pendant 1 à 2 minutes.

N. du P. : On ne doit pas mettre d'ail dans la soupe à l'oignon.

On peut utiliser aussi du comté, voire du beaufort savoyard à défaut de gruyère suisse.

On peut mettre au fond de la soupière une cuillerée de porto rouge avant d'y verser le bouillon.

On peut, suivant les goûts, laisser les oignons en morceaux ou passer la soupe.

On peut ajouter un verre de vin blanc au bouillon et, avant de mettre à gratiner, tartiner les tranches de pain du dessus d'un mélange de jaune d'œuf et de râpé.

Fonds de cuisine

Pour 4 à 6 litres

2,7 kg de bœuf (jarret, échine, collet) de veau ou d'abattis de volaille
6 à 8 litres d'eau froide
2 oignons pelés
2 carottes pelées
2 tiges de céleris avec les feuilles concassées
Bouquet garni : 6 branches de persil, 1 feuille de laurier, 2 gousses d'ail, 1/2 cuillerée à café de thym sec, enveloppez-les dans un linge fin
1 cuillerée à soupe de sel

Les bonnes soupes dépendent des bons fonds — comme les ragoûts, les civets, les viandes et les légumes braisés, et de nombreuses sauces. Voici trois recettes de fonds de cuisine qui sont les bases de la cuisine française :

LE FOND BLANC : Mettez dans une grande marmite le morceau de veau ou les abattis de volaille, versez l'eau froide afin qu'elle couvre entièrement les ingrédients. Portez à ébullition à feu vif. Écumez, ajoutez les légumes, le bouquet garni et le sel. Laissez mijoter, écumez à nouveau. Ensuite, couvrez à moitié la marmite et cuisez doucement durant 4 heures. Retirez les os, passez au chinois fin en pressant fortement les légumes et les herbes. Rectifiez l'assaisonnement. Dégraissez ou laissez reposer jusqu'à ce que vous puissiez enlever la pellicule de graisse qui recouvre la surface du bouillon. Le bouillon sera réservé 3 à 4 jours dans le réfrigérateur. Vous pouvez aussi le congeler pour le conserver plus longtemps. Passez au chinois et dégraissez à nouveau afin qu'il soit clair.

LE FOND BRUN DE BŒUF : Chauffez le four à 200°. Dans une casserole peu profonde, faites griller les os de bœuf, les oignons et les carottes durant 30 à 40 minutes, en les retournant de temps en temps. Mettez-les dans une marmite mais jetez la graisse qui reste dans la casserole. Dans cette casserole, versez deux verres d'eau, portez à ébullition à feu vif. Grattez les petits morceaux qui adhèrent dans le fond de la casserole. Mettez ce liquide dans la marmite, ajoutez les céleris, le bouquet garni, du sel et de l'eau froide en quantité suffisante pour qu'elle recouvre tous les ingrédients. Opérez ensuite exactement de la même façon que pour le fond blanc.

LE FOND BRUN DE VOLAILLE : Faites rôtir les abattis de volaille dans une grande poêle avec 2 cuillerées à soupe de beurre, à feu vif. Mettez-les ensuite dans une marmite et déglacez le fond de la poêle avec un peu d'eau. Versez dans la marmite, ajoutez les oignons, les carottes, les céleris, le bouquet garni, du sel et de l'eau qui recouvre le tout. Opérez ensuite de la même façon que pour le fond blanc.

Soupe au pistou

Pour 10 à 12 personnes

3 verres d'eau
3/4 de tasse de haricots blancs secs
4 cuillerées à soupe d'huile d'olive
1 tasse d'oignons émincés
450 g de tomates pelées, épépinées et coupées en morceaux (environ 1 tasse 1/2)
5 litres d'eau
1 tasse 1/2 de carottes coupées en brunoise (en dés minuscules)
1 tasse 1/2 de pommes de terre coupées en brunoise
1 tasse de poireaux émincés (facultatif)
1/2 tasse de feuilles de céleri haché
1 cuillerée à soupe de sel
Poivre noir
1 tasse 1/2 de haricots verts coupés en bâtonnets
1 tasse 1/2 de potiron non épluché, coupé en brunoise
2 pincées de safran en poudre
1/2 tasse de spaghetti

PISTOU

3 gousses d'ail finement hachées
1/2 tasse de feuilles de basilic frais, finement hachées ou 5 cuillerées à café de basilic en poudre
2 cuillerées à soupe de tomate concentrée
1 tasse 1/2 de fromage râpé (parmesan)
6 cuillerées à soupe d'huile d'olive
Chapelure faite avec une petite tranche de pain

Faites bouillir 3 verres d'eau dans une casserole de 4 à 6 litres. Faites-y cuire les haricots blancs durant 2 minutes. Retirez du feu et laissez-les tremper pendant une heure. Remettez-les à feu doux, laissez mijoter pendant une heure à une heure 1/2 jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Égouttez-les et conservez le liquide de cuisson. Chauffez l'huile dans une marmite. Faites-y dorer les oignons, ajoutez les tomates, laissez cuire 3 à 4 minutes. Ajoutez 3 litres d'eau, portez à forte ébullition. Ajoutez les carottes, les pommes de terre, les poireaux, le céleri, salez, poivrez. Baissez le feu, laissez mijoter 15 minutes sans couvrir. Ajoutez les haricots blancs, le potiron, les spaghetti et le safran, et laissez mijoter pendant 15 minutes jusqu'à ce que tous les légumes soient tendres. Goûtez et assaisonnez.

Pendant ce temps, préparez le pistou. Pilez au mortier (ou tout autre élément pesant) le basilic et les gousses d'ail jusqu'à ce que vous obteniez une pâte lisse. Ajoutez la tomate concentrée et 1/2 tasse de fromage râpé. Versez l'huile petit à petit. Délayez le pistou avec une 1/2 tasse de soupe avant de mélanger le tout. Versez la soupe au pistou dans une soupière. Poudrez de chapelure. Servez le restant de fromage à part.

Pour 4 à 6 personnes

1 kg d'asperges fraîches
1 litre 1/2 (6 tasses) de bouillon de poulet, fraîchement préparé ou en conserve
1 cuillerée à café de sel
7 cuillerées à soupe de beurre
6 cuillerées à soupe de farine
2 cuillerées à soupe d'échalotes (ou de ciboule), finement hachées
2 jaunes d'œufs
3/4 de tasse de crème double
2 cuillerées à soupe de beurre battu
Sel
Poivre blanc

Potage crème d'asperges

A l'aide d'un petit couteau acéré (ne vous servez *pas* d'un éplucheur), débarrassez la tige de l'asperge de sa peau externe et de la partie trop dure de la chair. Au gros bout, vous serez peut-être amené à enlever une épaisseur de 1,5 mm mais la couche en question s'amincira progressivement pour n'être plus que de l'épaisseur d'une feuille de papier lorsque votre couteau atteindra la pointe de l'asperge. Coupez et ôtez la pointe de l'asperge à la terminaison des squames et ôtez aussi les squames trop gros. Grattez et jetez le bas de la tige sur une longueur d'un demi-centimètre et coupez le reste de la tige en morceaux de 2,5 cm de long. Mettez-les de côté. Dans une casserole d'une contenance de 3 à 4 litres, amenez à ébullition à feu modéré le bouillon de poulet, en y ajoutant le sel. Laissez tomber dans la casserole les pointes d'asperges et faites bouillir doucement pendant 5 à 8 minutes, ou jusqu'à ce que les pointes d'asperges soient juste tendres. Avec une passoire, recueillez le bouillon dans un récipient et les pointes d'asperges dans un autre.

Dans la même casserole, et à feu modéré, faites fondre 5 cuillerées à soupe de beurre. Tout en tournant, incorporez les 6 cuillerées à soupe de farine et, sans cesser de tourner, faites cuire à feu doux pendant 1 minute ou 2. Ne laissez pas brunir ce roux. Retirez la casserole du feu, laissez refroidir pendant quelques secondes puis, en battant vivement au fouet mécanique, incorporez le bouillon à votre roux. Remettez la casserole à feu mesuré et continuez à tourner jusqu'à ce que le fond de votre crème d'asperges se mette à bouillir et épaississe, tout en demeurant parfaitement homogène. Mettez le feu au plus bas et laissez votre potage mijoter très doucement.

Dans un poêlon, faites fondre les 2 cuillerées à soupe de beurre qu'il vous restent; une fois la mousse résorbée, incorporez les morceaux de tiges d'asperges et l'échalote hachée, ceci tout en tournant; remuez-les dans le poêlon à feu modéré pendant 3 minutes. Tout en tournant, incorporez ensuite vos tiges d'asperges et les échalotes au bouillon en train de mijoter et faites cuire à feu modéré pendant 15 minutes, ou jusqu'à ce que les asperges soient tendres.

Passez la soupe au moulin à légumes puis au chinois fin. Remettez dans la casserole. D'autre part, battez les jaunes d'œufs et la crème fraîche ensemble dans un bol. Versez-y petit à petit 1/2 tasse de soupe en fouettant jusqu'à ce que le mélange soit bien lié et versez dans la soupe sans cesser de fouetter. Portez à nouveau à ébullition, laissez ainsi 30 secondes en fouettant toujours. Retirez la casserole du feu, ajoutez 2 cuillerées à soupe de beurre. Goûtez, assaisonnez avec sel et poivre. Ajoutez les têtes d'asperges réservées et versez dans la soupière ou dans des bols individuels.

Pour 4 à 6 personnes

3 cuillerées à soupe de beurre
3/4 de tasse d'oignons finement émincés
3 tasses de carottes
1 litre 1/2 de fond de volaille
2 cuillerées à café de tomate concentrée
2 cuillerées à soupe de riz Uncle Ben's
Sel
Poivre blanc
1/2 tasse de crème double
8 à 12 rouelles de carottes (facultatif)

Potage Crécy

Chauffez 2 cuillerées à soupe de beurre dans une petite casserole. Ajoutez les oignons, faites cuire 5 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres mais pas trop colorés. Ajoutez les carottes, le fond de volaille, la tomate concentrée et le riz. Laissez mijoter doucement 30 minutes sans couvrir. Passez au moulin à légumes et remettez dans la casserole propre. Assaisonnez de sel et poivre, ajoutez la crème double.

Avant de servir, faites mijoter à nouveau à feu doux. Retirez la casserole du feu, ajoutez 1 cuillerée à soupe de beurre. Versez dans une soupière ou dans des bols individuels, garnissez avec les rouelles de carottes crues cannelées, si vous le désirez.

Potage Parmentier et Vichyssoise

Pour 6 à 8 personnes

- 4 tasses de pommes de terre émincées
- 3 tasses de poireaux coupés en fins bâtonnets (blanc plus 5 cm de vert) ou 3 tasses d'oignons émincés
- 3 litres de bouillon de volaille, ou mélange d'eau et de bouillon
- 1 cuillerée à café de sel
- Poivre noir
- 1/2 tasse de crème double
- 3 cuillerées à soupe de ciboulette ou de persil ciselé

Dans une casserole de 8 litres 1/2 ou une marmite, faites chauffer le bouillon, ajoutez les pommes de terre, les poireaux; salez, couvrez à moitié et laissez mijoter 40 à 50 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient tendres. Passez au moulin à légumes ou au tamis en pressant fortement et remettez dans la marmite. Assaisonnez de sel et poivre et ajoutez la crème. Avant de servir, mettez à nouveau à feu doux, laissez mijoter.

Versez le potage dans une soupière ou des bols individuels. Poudrez de persil ciselé.

VICHYSSOISE : Quand Louis Diat était le chef du Ritz-Carlton à New York, il y a un demi-siècle, il inventa la Vichyssoise — un genre de potage Parmentier froid. Pour le faire, passez la soupe au moulin à légumes ou au tamis, puis au tamis plus fin. Remettez dans la marmite, assaisonnez et ajoutez 1 tasse 1/2 de crème double (n'utilisez pas le mixer électrique qui le rendrait trop lisse). Faites bien glacer. Servez-le garni de ciboulette.

N. du P. : En réalité, le chef Diat, créateur de ce potage (qui n'est connu en France que depuis moins de dix ans), s'est souvenu de la soupe aux poireaux et pommes de terre classique pour « méditer » un potage excellent. La Vichyssoise comporte plus de poireaux que le Parmentier, plus de crème double, et de la ciboulette qui n'existe pas, elle, dans ledit Parmentier. Il se consomme chaud ou froid mais est, à mon sens, meilleur très glacé.

Potage crème de champignons

Pour 4 à 6 personnes

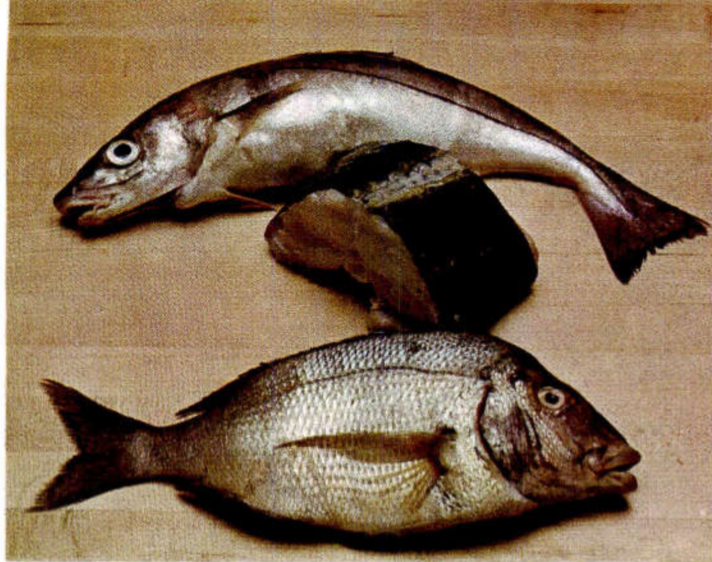
- 1,500 kg de champignons de Paris
- 9 cuillerées à soupe de beurre
- 2 cuillerées à soupe d'échalotes hachées
- 6 cuillerées à soupe de farine
- 6 verres de fond de volaille
- 2 jaunes d'œufs
- 3/4 de tasse de crème double
- Sel
- Poivre blanc

Séparez les têtes et les queues des champignons. Coupez la moitié des têtes en tranches fines, l'autre moitié ainsi que les queues sont émincées. Faites chauffer 2 cuillerées à soupe de beurre dans une grande poêle en fonte émaillée à feu doux. Ajoutez les tranches de champignons, mélangez, laissez dorer légèrement. Égouttez-les dans un plat. Dans la même poêle, faites chauffer 2 cuillerées de beurre, ajoutez les morceaux de champignons émincés et les échalotes. Faites sauter 2 minutes. Laissez dans la poêle hors du feu.

Dans une casserole de 5 à 6 litres, faites chauffer 5 cuillerées à soupe de beurre. Hors du feu, ajoutez la farine, mélangez, remettez à feu doux en fouettant sans arrêt pendant 1 à 2 minutes. Ne laissez pas brunir le roux. Retirez la casserole du feu, laissez reposer quelques secondes. Ajoutez le fond, mélangez-le avec un fouet métallique jusqu'à ce que le potage soit bien lisse. Ajoutez les échalotes et les champignons hachés. Faites mijoter en mélangeant de temps en temps pendant 15 minutes.

Passez le potage au moulin à légumes puis au chinois fin et remettez dans la casserole. Dans un bol, fouettez les œufs et la crème double, délayez avec une 1/2 tasse de potage et versez petit à petit dans la casserole en mélangeant.

Portez le potage à ébullition pendant 30 secondes en travaillant toujours. Retirez la casserole du feu, goûtez, assaisonnez avec sel et poivre. Ajoutez les tranches de champignons. Versez dans la soupière ou dans des bols individuels.



Le poisson entrant dans la confection de la bourride doit avoir la chair ferme et blanche; on prendra donc du merlan doré *(figure du haut)*, une belle tranche de colin, du lieu noir *(voir l'illustration)* ou encore du turbot, de la sole, de la perche de mer (le poisson traditionnel restant le loup (bar).

La bourride sera servie dans une assiette creuse *(en bas)* ; après avoir disposé dans cette assiette une tranche de pain grillé et l'avoir recouverte de poisson, on arrose le tout de soupe *(en haut)* et on y ajoute un peu d'aïoli *(au centre à droite)*.

Pour 6 personnes

COURT-BOUILLON

1 kg de têtes et arêtes de poissons
6 verres d'eau
1 verre de vin blanc
2 oignons émincés
2 blancs de poireaux coupés en julienne (facultatif)
2 cuillerées à soupe de vinaigre de vin
2 zestes d'orange frais coupés en lanières de 8 cm de long
2 feuilles de laurier
1 cuillerée à café de fenouil
2 cuillerées à café de sel

AIOLI

1 cuillerée à soupe de pain sec écrasé
1 cuillerée à soupe de vinaigre de vin
6 gousses d'ail émincées
7 jaunes d'œufs
1/2 cuillerée à café de sel
1 tasse 1/2 d'huile d'olive
1 cuillerée à soupe de jus de citron

POISSONS

1,500 kg de poissons blancs : loup, mulet, baudroie, merlan, maquereau
12 croûtons (voir recette de la soupe à l'oignon, page 88)

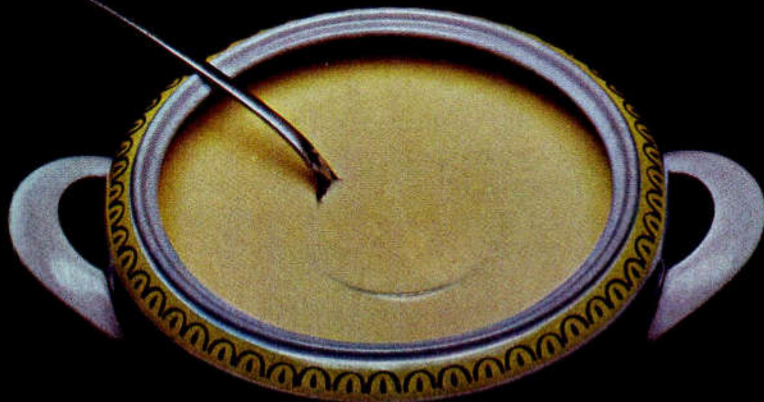
Bourride

Dans une casserole de 5 à 6 litres, mettez les ingrédients du bouillon avec l'eau. Portez à ébullition à feu doux, pendant 30 minutes, casserole à moitié couverte. Pendant ce temps, préparez l'aïoli. Faites tremper le pain sec écrasé dans une cuillerée à soupe de vinaigre, pendant 5 minutes, puis essorez dans une serviette. Mettez dans le mortier avec l'ail, pilez jusqu'à ce que vous obteniez une pâte lisse. Ajoutez 3 jaunes d'œufs, les uns après les autres. Salez, poivrez. Lorsque le mélange commence à épaissir, ajoutez l'huile d'olive petit à petit. Aussitôt que le mélange prend la consistance d'une crème épaisse, mettez dans un mixer ou dans un grand récipient et ajoutez le restant d'huile. Cette sauce doit être épaisse comme une mayonnaise. Assaisonnez avec jus de citron, sel et poivre, si c'est nécessaire. Mettez 3/4 de tasse d'aïoli dans une saucière, couvrez avec un papier. Versez le reste d'aïoli (environ 1 verre 1/3) dans une petite casserole.

Passez le court-bouillon au chinois en pressant fortement les ingrédients avec une cuiller. Lavez la casserole avant d'y remettre le bouillon. Ajoutez les poissons, portez à ébullition pendant 5 à 6 minutes, sans couvrir. Dès qu'ils sont cuits, déposez-les dans un plat chaud à l'aide d'une spatule ou d'une cuiller; couvrez légèrement pour les conserver tièdes.

A l'aïoli contenu dans la casserole, ajoutez 4 jaunes d'œufs les uns après les autres, battez le tout, délayez avec un verre de bouillon chaud, battez constamment, puis ajoutez le restant de bouillon. Laissez mijoter jusqu'à ce que le potage soit assez épais. Ne laissez pas bouillir. Assaisonnez avec sel, poivre et jus de citron, si vous désirez.

Servez le bouillon dans une soupière, l'aïoli dans la saucière, les poissons et tranches de pain grillé à part. Dans les bols à soupe, placez d'abord une ou deux tranches de pain grillé, puis les poissons et versez le bouillon sur le tout. Servez la sauce à part.









Bouillabaisse

BOUILLABAISSE : Faites chauffer l'huile d'olive dans une casserole de 6 à 8 litres. Ajoutez les oignons et les poireaux. Faites cuire à feu doux en mélangeant pendant 5 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient tendres mais pas bruns. (Vous pouvez remplacer les poireaux par des oignons.) Versez l'eau ou le mélange eau et vin, ajoutez les poissons, les tomates, les herbes et l'assaisonnement. Faites cuire à feu doux pendant 30 minutes.

LA ROUILLE : Pendant la cuisson de la bouillabaisse, préparez la rouille. Faites mijoter, dans une casserole de 8 à 12 litres, les poivrons et le piment avec un verre d'eau pendant 10 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Égouttez et essorez-les dans un linge ou une serviette en papier. Pilez au mortier le piment, les poivrons en boîte et l'ail jusqu'à obtenir une pâte lisse. Ajoutez l'huile d'olive petit à petit et la mie de pain en quantité suffisante pour que le mélange soit épais. Goûtez, assaisonnez avec le Tabasco si vous n'utilisez pas le piment.

Vous pouvez employer le batteur électrique pour piler les poivrons. Cette méthode est peu authentique, mais plus rapide. Mettez l'appareil

Pour 8 à 10 personnes

COURT-BOUILLON
- 2 tasses d'oignons émincés
- 1 tasse de poireaux coupés en julienne
- 3/4 de tasse d'huile d'olive
- 8 verres d'eau ou 2 verres de vin blanc sec et 6 verres d'eau
- 1 kg de têtes, arêtes de poissons
- 1,500 kg de tomates mûres, coupées en morceaux (environ 6 tasses)
- 1/2 tasse de fenouil, frais ou 1/2 cuillerée à café de fenouil sec, en graines écrasées
- 1 cuillerée à café d'ail finement haché
- 1 écorce d'orange fraîche, coupée en morceaux de 8 cm de long
- 1 cuillerée à café de thym sec
- 2 branches de persil
- 1 feuille de laurier
- 1/4 de cuillerée à café de safran écrasé
- Sel
- Poivre noir

LA ROUILLE
- 1 piment rouge sec écrasé
- 2 boîtes de poivrons « piment doux d'Espagne » égouttés et essorés
- 4 gousses d'ail émincées
- 6 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- 1 à 3 cuillerées à café de fines miettes de pain séchées



en marche doucement jusqu'à ce que les ingrédients forment un mélange lisse. Ajoutez un peu plus d'huile si c'est trop épais. Mettez la rouille dans un récipient, ajoutez la mie de pain. Goûtez, assaisonnez avec le Tabasco si vous n'employez pas le piment. Mettez de côté.

POISSONS ET FRUITS DE MER : Passez le bouillon au chinois très fin en pressant fortement les ingrédients afin d'en extraire le jus. Versez dans une marmite et portez à ébullition à feu vif. Ajoutez les langoustes, faites bouillir pendant 5 minutes à feu très vif. Ajoutez les poissons, laissez cuire 5 minutes, puis en dernier ajoutez les moules et laissez cuire 5 minutes. Assaisonnez.

Retirez les poissons et les fruits de mer avec une cuiller en bois. Arrangez sur un plat préalablement chauffé. Versez la bouillabaisse dans la soupière. Mouillez la rouille avec deux ou trois cuillerées à soupe de bouillabaisse, versez dans une soupière.

Servez à part les croûtons de pain grillé et la rouille.

N. du P. : Je conseillerai plutôt de faire la rouille comme les pêcheurs en pilant bien ensemble 3 gousses d'ail, 2 piments rouges frais et secs, un peu de mie de pain trempée et pressée et 3 cuillerées d'huile d'olive. Allongez la pommade obtenue de quelques cuillerées du bouillon de poissons. D'aucuns ajoutent un jaune d'œuf et l'huile étant versée goutte à goutte, la rouille se trouve alors quasi montée en mayonnaise.

POISSONS ET FRUITS DE MER

- 1,500 kg de poissons : trois sortes au moins choisis parmi ceux-ci : rascasse, merlan, grondin gris, congre, Saint-Pierre rouge-grondin, vive, lotte, poissons de roche
- 2 kg de langoustes très fraîches, coupées en morceaux (facultatif)
- 1 anguille, coupée en petits morceaux (facultatif)
- 1 kg de coquilles Saint-Jacques (facultatif)
- 1 kg de moules très fraîches
- 12 croûtons (voir recette de la soupe à l'oignon, page 88)

La bouillabaisse, une soupe de poissons très corsée, doit être servie dans une grande marmite; la rouille sera présentée séparément dans un ravier.




RESTAURANT
PILS EXPORT
PASCALINE
Dégustation de Coquillages 1er Choix
Salubrité 4647
PASCALINE
Sa Reine des Coquillages
SCALINE
Dégustation de Coquillages
Passer la Commande avant d'Entrer
PASCALINE
Gde Dégustation de Coquillages

VII

Les poissons et quelques spécialités étranges

Sur un marché du Vieux-Port à Marseille, ces coquillages, qui viennent d'être pêchés dans les eaux côtières, ont été disposés avec le plus grand soin pour retenir l'attention des clients matinaux. « Pascaline, la Reine des Coquillages » nous livre aussi le prénom de la propriétaire.

Pour les étrangers, le comportement gastronomique du Français a longtemps paru surprenant; il recherchera, préparera avec soin et se délectera de nourritures qui, pour des palais moins audacieux, ne semblent pas comestibles. Graduellement, l'étranger s'habitue à ces mets, que l'on sait si bien préparer en France.

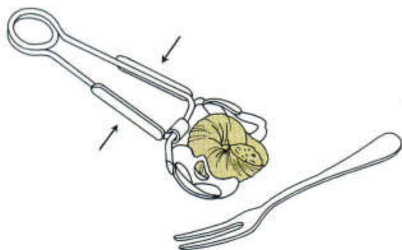
Les escargots constituent un bon exemple du genre. Autrefois dédaignés, ils ont récemment été l'objet d'une forte contrebande. L'accroissement de la demande émanant des importateurs et des touristes faillit conduire à l'extermination des escargots de France. Aussi, leur fit-on passer en cachette la frontière italienne ou la frontière suisse, pour gagner les cuisines françaises. Aujourd'hui, les deux tiers de la consommation française proviennent des autres pays d'Europe.

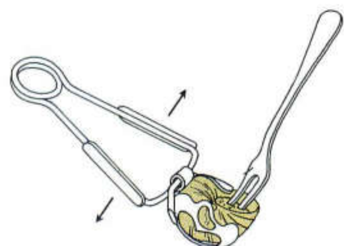
Les escargots sont généralement préparés « à la bourguignonne », (servis dans leurs coquilles et garnis de beurre parfumé à l'ail et aux fines herbes). A moins d'avoir mal à l'estomac, on ne peut s'empêcher de trouver délicieux ces fameux escargots. Les escargots sont servis en hors-d'œuvre et présentés tout grésillants par six ou par douze, sur des plats spéciaux creusés d'alvéoles. La sauce les enrichit et un amateur d'escargots en recueillera jusqu'à la dernière goutte, à l'aide d'un morceau de pain. A Dijon, il m'a été donné de voir des amateurs, en hiver, un jour de marché, en avaler 4 à 5 douzaines, puis ingurgiter un ragoût également copieux, avant de terminer par une salade et une part de tarte ! Inutile de préciser qu'un tel repas découle d'habitudes séculaires.

Sur leurs menus, les Français ont fait une place de choix à une autre étrange créature : la grenouille. Voici quelques décennies, cette coutume française bouleversa les Anglais; ils baptisèrent leurs voisins d'outre-Manche — contre lesquels ils avaient des griefs — « les man-

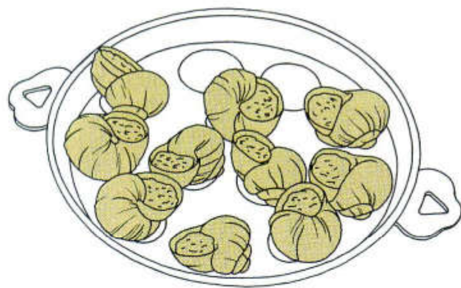
LES ESCARGOTS

Dans presque toutes les épiceries, on trouve des escargots en boîte; du point de vue du goût, ce mets exige une certaine habitude, mais il est très prisé par les amateurs. On vend les coquilles à part; ci-dessous nous présentons les pièces qu'il est indispensable de posséder pour servir un tel plat.





On tient la coquille grâce à une pince à escargots *(ci-dessus)*. Pour retirer le mollusque de cette coquille, on se sert d'une petite fourchette. *Ci-dessous :* le plat à escargots, qui permet de maintenir les coquilles en équilibre, de les passer au four et aussi de les servir à table.



ESCARGOTS A LA BOURGUIGNONNE

Pour 2 personnes
Prenez une boîte de 2 douzaines d'escargots. Travaillez ensemble jusqu'à en faire une crème
125 g de beurre,
1 cuillerée à soupe d'échalotes ou de ciboulette finement hachées,
1 cuillerée à café d'ail finement haché,
2 cuillerées à soupe de persil frais ciselé,
sel et poivre. Mettez un peu de ce mélange au fond de chaque coquille, introduisez les escargots puis ajouter le reste du mélange. Placez les coquilles dans le plat à escargots et mettez au four chauffé à 200° pendant 10 minutes, ou jusqu'à ce que le beurre grésille.

geurs de grenouilles ». La diplomatie qu'engendrent les bonnes digestions est sans doute responsable en partie de l'amélioration du climat qui règne de part et d'autre de la Manche (*).

Au Canada et aux États-Unis, les dimensions de ces animaux sont telles que les cuisses de grenouilles sont servies, préparées à la façon d'un pilon de poulet ou en pâté. Leur chair n'est pas comparable à celle des cuisses de grenouilles, qui se prennent en France dans les lacs, étangs, marais et rivières. Longues d'environ 5 cm, ces cuisses de grenouilles sont préparées de telle sorte que les deux cuisses de l'animal restent jointes et qu'on puisse manger ce mets avec les doigts, façon succulente de les déguster. En saisissant à deux mains, entre le pouce et l'index, les deux métastases, on suce ces grassouillettes petites cuisses. Elles sont imbibées du beurre chaud dans lequel on les a fait brunir, avec quelques gouttes de citron et un peu de persil. On peut également préparer les cuisses de grenouilles selon la recette des coquilles Saint-Jacques à la provençale *(page 112)*. A moins qu'on ne préfère les cuisiner comme des moules, d'après certaines bonnes recettes françaises, c'est-à-dire à la poulette, à la marinière, etc.

De toute évidence, toutes les créatures vivantes sont comestibles, du moins en France. La manière dont on traite les goujons constituerait à elle seule une preuve de cette aptitude culinaire, mettons « bien gauloise ».

Ailleurs qu'en France on parle, certes, de goujons, d'éperlans et de vairons, mais il suffit de consulter le dictionnaire pour constater que ces petits poissons servent de « vifs » aux pêcheurs. Partant du principe que ce qui est bon pour un saumon est bon pour un bipède, les Français mangent les goujons; ils les préparent à la perfection. Dans de nombreuses régions, les goujons constituent une spécialité, au même titre que le foie gras dans les Landes et la gelée de groseilles à Bar-le-Duc; on les fait cuire d'une façon simple et rapide, mais en quantités considérables. Cette bonne friture, servie sur un plat chaud avec des quartiers de citron, constitue un mets de choix.

En général, les poissons sont plongés dans une friture bouillante après avoir été roulés dans la farine (et trempés dans de la bière dans le Nord de la France); du bout d'une fourchette, il faut les empêcher de se coller les uns aux autres, le temps qu'ils se dorent. Dans certaines provinces, on les accompagne de pommes paille. Lorsqu'ils sont particulièrement petits, ils peuvent être mangés en entier, mais s'ils ont 12 à 15 cm, on les tient par la tête ou la queue et on n'avale que la succulente chair du corps du poisson sans s'occuper des arêtes.

Les petits poissons de mer sont également consommés en friture le long du littoral, dans les meilleurs comme dans les plus modestes restaurants. Plus grands que la vraie blanchaille, plus petits que des sardines, ils sont croustillants et amusants à grignoter.

L'anguille est aussi prisée en France qu'en Angleterre, en Scandinavie, en Italie. Dans d'autres pays (au Canada, en Australie), l'anguille constitue plutôt une spécialité typique d'une région ou de groupes ethniques qui ont conservé les traditions culinaires de la terre natale.

Depuis des siècles, les Anglais apprécient les pâtés, les soupes, les ragoûts à base d'anguilles et la délicate chair blanche de ce poisson peut être fumée, rôtie, frite, grillée ou bouillie, mais sa préparation n'a

(*) - En vérité, les Anglais se mirent vite à apprécier les grenouilles à la française, mais le mot « cuisses de grenouilles » les choquait. Escoffier, alors chef dans un grand hôtel de Londres, eut l'idée d'inscrire sur les cartes des « nymphes de grenouilles ». Cela ne veut rien dire mais fit le succès des sauteuses. (N. du P.).

jamais été l'objet de variations culinaires aussi audacieuses que celles qu'exécutent les cuisiniers français. Toute vraie cuisine provinciale dépend des produits locaux; il en est de même pour les diverses recettes intéressant l'anguille. En Provence, j'ai mangé de l'anguille en sauce au safran, accompagnée de cette fameuse rouille indispensable à la bouillabaisse. Ce mets était aussi relevé que le *salsa fuerte* des Mexicains. En Touraine, la matelote, qu'elle soit d'anguille ou de simple poisson d'eau douce, se prépare avec des pruneaux, alors qu'en Bourgogne l'anguille est enrobée dans une sauce à base de vin rouge.

Dans le monde entier, des marchés s'ouvrent aux produits qui ont été longtemps l'apanage de peuples aux palais tolérants ou audacieux. Un jour, un pêcheur de Monterey (Californie) m'indiqua que la mer fournissait près de 150 genres de poissons, de crustacés ou de coquillages exquis; seule une dizaine d'espèces étaient commercialisées.

— Et qui mange le reste ?

— Mais, *nous*, me répondit-il, mi-amusé mi-satisfait, avant de m'entraîner jusqu'à sa demeure, où il me fit goûter une exquise soupe de poissons. Elle contenait de minuscules calmars, quelques petits crabes particulièrement fins dans leurs carapaces, d'épaisses tranches d'un genre de bar, une poignée de petits poissons à allure de merlan, mais impossibles à identifier, des tranches d'oreilles de mer, fines comme du papier et précipitées dans la marmite à la dernière minute. Cette soupe, rehaussée d'ail et de fines herbes, trahissait une sorte de touche personnelle, celle de la cuisinière, qui respecte les produits mis à sa disposition par la Providence.

En France, les huîtres, en général, sont mangées crues, mais les autres coquillages, les moules, les coquilles Saint-Jacques, sont souvent cuits, servis en entrée, en plat, ou associés à des poissons de façon à constituer un plat de choix, figurant comme premier service au menu d'un grand dîner, ou comme mets principal d'un repas du soir plus léger. Selon la région, ces coquillages sont préparés différemment; sur le littoral de l'Atlantique, on les garnira de crème ou de beurre, sur celui de la Méditerranée d'huile d'olive, d'ail et de fines herbes ou de tomates.

A l'américaine ou à l'armoricaine

Une certaine façon de servir le homard a été pendant longtemps l'objet d'une contestation linguistique et régionaliste. Doit-on dire un homard à l'armoricaine, en souvenir de l'Armorique, ancien nom de la Bretagne, ou à l'américaine à cause des Américains ? Certains pensent qu'en raison de ses composants (huile, ail, tomates, fines herbes), ce plat ne peut être d'origine bretonne, mais qu'il est le fruit de la cuisine provençale; d'autres croient que la seconde appellation serait la bonne et qu'elle évoquerait certains riches clients américains pour lesquels ce plat était préparé dans un grand restaurant parisien, aujourd'hui disparu. D'autres encore soutiennent que cette querelle dérive tout simplement d'une confusion, issue de la façon dont les Bretons préparent non point les homards mais la langouste, c'est-à-dire à l'armoricaine. (*) Quoiqu'il

(*) - La question est aujourd'hui tranchée. Cette préparation fut créée à Paris par un chef sétois, donc languedocien, revenu des États-Unis et servant, un soir, des clients américains pressés. Il eut l'idée de découper le homard à cru pour qu'il cuise plus vite et baptisa sa recette « homard à l'américaine ». En effet, les tomates, l'huile d'olive, l'ail indiquent bien qu'il ne s'agit pas d'une préparation bretonne. Mais, peut-être, plus tard, sur un menu, le homard à l'américaine mal orthographié devint-il homard à l'armoricaine et le patriotisme de clocher s'en satisfit-il. La langouste à l'américaine est de même préparation. La langouste à la bretonne est autre chose (N. du P.).

en soit, le homard à l'armoricaine ou à l'américaine *(page 116)* est un mets délicieux, une des innombrables manières d'ailleurs de préparer ce crustacé.

Dans divers pays, l'expansion des techniques de surgélation des aliments permet de disposer de homards ou de coquilles Saint-Jacques; ainsi traités, ces produits ne sont pas aussi fins qu'à leur sortie des viviers d'un bateau de pêche nantais ou de Kennebunk.

Les crustacés frais doivent être de préférence cuits au court-bouillon et servis froids, avec de la mayonnaise, ou tièdes, ou cuits à la vapeur et servis chauds avec du beurre fondu. Qu'ils soient frais ou surgelés, les Français ont d'excellentes manières simples de les préparer. On fera cuire au four à la parisienne les coquilles Saint-Jacques ou on les fera sauter à la provençale. Les crabes, les homards, les langoustes, peuvent être cuits au court-bouillon et accompagnés d'une mayonnaise ou faire l'objet de préparations compliquées et rehaussées d'aromates ou de sauces, selon les recettes provinciales et le talent de la cuisinière.

Quant aux innombrables poissons de mer ou d'eau douce — les esturgeons, les turbots, les morues, les carpes, les brochets et les truites —, ils sont généralement l'objet d'une préparation simple; la fantaisie de la cuisinière doit être recherchée dans les sauces qui rehaussent les plats. La préparation dépend du lieu où on pêche le poisson ou de celui où il est consommé : ici, il sera cuit au court-bouillon, là, il sera simplement bouilli, comme dans la bouillabaisse provençale, ou la cotriade bretonne, ou encore dans la matelote lorraine. Dans les grandes occasions, le poisson pourra être servi en entier, poché et refroidi, ou farci, passé au four et servi chaud.

Le poisson peut être bien ou mal traité

Au bleu ! Cette mention peut figurer parfois sur la carte d'une modeste auberge qui se dresse sur la rive d'un torrentueux cours d'eau du Jura ou sur celle d'un grand restaurant de Paris, voire de Lyon. Cette expression qui s'applique surtout à la truite exige que le poisson soit assommé et vidé en un éclair, jeté dans un court-bouillon au vinaigre et servi sans que l'ensemble de la préparation excède cinq minutes. De petites pommes vapeur et une sauce au beurre fondu accompagnent la truite au bleu. Dans certaines régions, le poisson, préalablement disposé sur un lit de carottes fraîches, est arrosé du jus du court-bouillon, que l'on enrichit de quelques œufs. Certes, le poisson contemple d'un œil morne sa propre fin si tragique mais, sur le plan philosophique, peut-être éprouve-t-il un certain plaisir à finir d'une façon aussi succulente. En France, les poissons connaissent donc de nobles trépas; cependant, j'en ai mangé de meilleurs que d'autres et, parfois, il m'a semblé que la cuisinière avait pêché par excès de zèle au détriment de la véritable saveur du poisson. Cette remarque s'applique surtout à la cuisine provençale; en lui adjoignant trop d'aromates et de fines herbes, en le recouvrant d'une épaisse sauce, enrichie de queues de langouste, de moules, sans compter les autres ingrédients, on massacre le homard.

Quiconque parcourt le monde s'aperçoit que les restaurants sont très différents; pour moi, la seule façon de savoir si un de ces établissements me reverra consiste à commander une sole meunière ou un poisson relevant de ce genre de préparation. Cette recette veut que le poisson soit légèrement passé à la farine, puis cuit au beurre. Quelquesfois, j'ai constaté qu'il était recouvert de pâte et doré dans une friture indéfinissable. Avec la sauce tartare dans une cupule en papier, le plat pré-

sentait assez bien, mais le poisson était accompagné de quelques légumes méconnaissables, que je me serais bien gardé de commander; trop bouillis, ils n'auraient jamais dû tenir compagnie à un poisson. Sous cette odieuse enveloppe de farine graisseuse, la chair du malheureux poisson est souvent assez tendre mais, hélas, ma fourchette ne l'atteint que trop tard pour que j'aie encore le courage de m'en régaler. En France, inutile de se méfier. C'est d'un cœur tranquille que j'entre dans n'importe quel restaurant, depuis le petit bistrot pour étudiant jusqu'à l'établissement de luxe. Au maître d'hôtel, je commande une sole meunière !

J'attends sans la moindre inquiétude qu'on me la serve, mon palais, tant de fois outragé, n'a rien à craindre. Dans un petit restaurant, j'ôterai moi-même la grande arête. Cet exercice, qui demande de l'adresse, me manque dans les lieux plus élégants, où le maître d'hôtel tient à me prouver sa propre habileté. Souvent croustillante et dorée, la queue du poisson dépasse de l'assiette (cette queue, je la réserve pour la dernière bouchée, la meilleure). La chair de cette sole aura conservé tout son goût parce qu'elle n'aura connu que la caresse d'un peu de beurre. A la différence de la truite, elle sera servie décapitée. Le chef aura eu soin de verser sur le poisson le restant de beurre contenu dans la poêle; cette sauce dorée et délicatement assaisonnée ne contient ni fines herbes, ni aucun autre ingrédient, pas même des amandes pilées ou la moindre goutte de vin blanc pour la rehausser.

Sur l'assiette, on aura eu soin de disposer des quartiers de citron, mon couteau à poisson me permettra de détacher un côté du poisson et d'arracher les fines arêtes latérales. Ensuite, je pourrai dégager la grande arête de la douce créature et m'attaquer à la seconde partie, encore chaude et imprégnée d'un surcroît de beurre. Ce régal me permettra d'oublier toutes les soles meunière de moindre qualité qu'on m'aura servies.

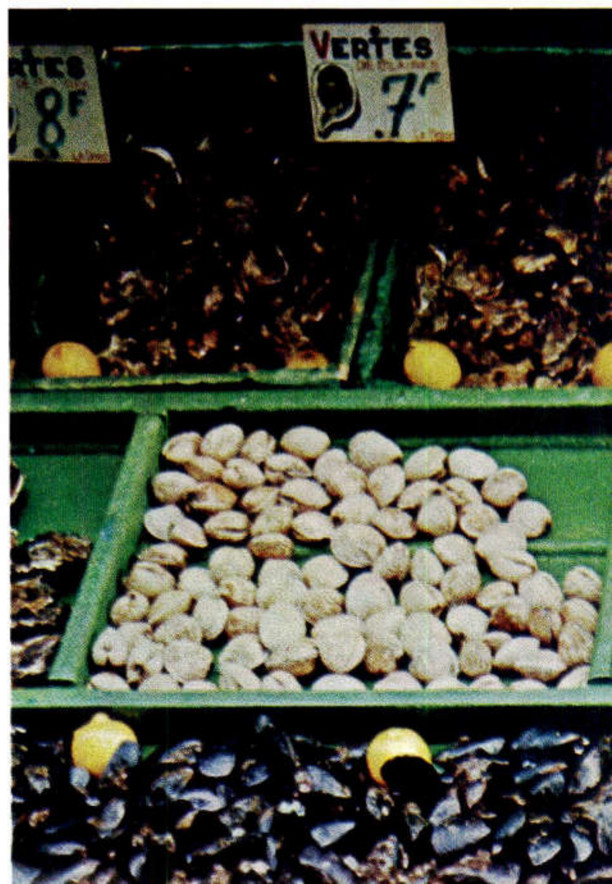


De la poupe de ce bateau de pêche à quai, à Marseille, un pêcheur offre aux clients des oursins, dont les baigneurs pieds nus craignent tant les épines, ainsi que des étoiles de mer d'un beau rose. Le gourmet se sert d'une petite cuiller pour détacher la chair et les langues de corail de l'oursin, qu'il parfume avec quelques gouttes de citron.

Ce bateau sert d'éventaire flottant à quelques caisses d'anguilles, de rougets et de sardines; l'épouse du pêcheur vend ces produits de la mer.

Les marchés multicolores du front de mer marseillais

Marseille, la plus ancienne ville de France, la deuxième par le nombre de ses habitants, est un grand port qui traite tous les genres de marchandises, depuis l'huile et le savon jusqu'aux semoules. Ses flottilles de pêche apportent une puissante contribution au renom gastronomique de la ville. A l'exception des dimanches, tous les matins, d'innombrables barcasses, de retour de leurs lieux de pêche, envahissent le port et les poissons, les fruits de mer sont vendus au bord du quai ou sur tous les marchés; ils iront garnir des dizaines de milliers de tables françaises. Du côté du port et du Vieux-Port de Marseille ont trouve les marchés les plus hauts en couleurs qui soient, où l'œil découvre de délicates crevettes roses nichées auprès des moules bleuâtres, des rougets, des pétoncles, des seiches, de tous les autres produits de la mer, le tout constituant une immense bouillabaisse prête à être cuite.



Vêtus de costumes sombres, des hommes d'affaires marchandent sur les quais des rougets pêchés la nuit précédente.

Cet éventaire proche du front de mer est garni de coquillages prêts à être dégustés sur place, c'est-à-dire crus avec un filet de citron.



Bar poché au beurre blanc

Pour 6 personnes

COURT-BOUILLON
3 litres d'eau
2 verres de vin blanc sec
1/4 de verre de vinaigre de vin
3 oignons coupés en fines tranches
2 carottes coupées en bâtonnets (2 cm)
4 céleris avec les feuilles, coupés en bâtonnets (1,5 cm)
4 brins de persil
2 feuilles de laurier
1 cuillerée à café d'estragon sec
1 cuillerée à café de thym frais finement haché ou 1/2 cuillerée à café de thym sec
2 cuillerées à soupe de sel
10 grains de poivre

POISSONS
1,500 kg à 2 kg de bars écaillés en conservant la tête et la queue
Branches de persil

BEURRE BLANC
1/3 de verre de vinaigre de vin blanc
2 cuillerées à soupe d'échalotes finement hachées
1/2 cuillerée à café de sel
1/8 de cuillerée à café de poivre blanc
250 g de beurre coupé en morceaux

Mettez tous les ingrédients dans une casserole en fonte émaillée de 10 à 12 litres. Portez à ébullition à feu vif. Couvrez à moitié et laissez mijoter 30 minutes. Passez au chinois fin et versez dans une poissonnière assez grande, laissez reposer.

Nettoyez les poissons à l'eau courante. Sans les égoutter, enveloppez-les dans un linge mouillé. Le linge doit être assez grand pour faciliter le travail. Disposez les poissons enveloppés sur la grille de la poissonnière, plongez-les dans le court-bouillon tiède. Le bouillon doit recouvrir les poissons. Ajoutez un peu d'eau si c'est nécessaire.

Couvrez, portez à ébullition à feu doux, au premier bouillon, baissez le feu, retirez le couvercle et laissez frissonner 15 minutes. Retirez la poissonnière du feu et avec les poissons dedans laissez reposer 15 minutes.

Retirez les poissons, mettez-les sur une planche ou un plat retourné. Dépouillez-les soigneusement avec un petit couteau. Travaillez bien attentivement en remontant de la queue vers la tête. Faites de même pour l'autre côté du poisson. Posez les poissons sur un plat chaud. Garnissez de branches de persil, couvrez-les pour les garder au chaud.

(Le court-bouillon peut être conservé pour fond de poisson en le mettant au frais.)

BEURRE BLANC : Faites bouillir le vinaigre avec les échalotes, sel et poivre, à feu vif, sans couvrir. Faites réduire en mélangeant de temps en temps afin qu'il ne reste qu'une cuillerée à soupe. Retirez la casserole du feu, incorporez 3 morceaux de beurre en fouettant.

Remettez à feu doux. Ajoutez le restant de beurre par petites quantités jusqu'à ce que la sauce ait la consistance voulue. Versez dans une saucière. Servez tiède.

Désossez les poissons. Fendez-les le long de l'arête jusqu'à cette dernière de haut en bas. Traversez le filet, détachez les têtes et les queues.

ALTERNATIVE : Servez le bar poché froid. Enveloppez le poisson préparé dans un papier aluminium et mettez au réfrigérateur. Servez avec une mayonnaise aux fines herbes *(page 74)* avec des tranches de citron et des tomates-olives.

N. du P. : On fera un meilleur beurre blanc en utilisant du beurre salé.

Les restes de poissons permettent de faire d'excellents fonds de soupe. Voir recette page 92.



Une technique élémentaire : comment pocher un bar



1. Préparer dans une marmite un court-bouillon avec les éléments indispensables *(voir la recette page 105)*, amener à ébullition et faire mijoter à découvert pendant une demi-heure.

2. Passer ce court-bouillon dans une fine passoire, verser dans une poissonnière et laisser tiédir. A défaut d'un tel récipient, on se contentera d'une profonde marmite avec couvercle.



3. A l'aide d'une cuiller, exprimer le jus des légumes à travers la passoire pour le recueillir dans la poissonnière, puis jeter les légumes.



4. Après avoir lavé le bar à l'eau froide, l'envelopper dans une mousseline à beurre, dont on nouera les extrémités; cet enveloppement devra être ample.



5. Disposer le poisson sur le plateau de la poissonnière et immerger doucement dans le court-bouillon. Si l'on se sert d'une marmite, attacher les extrémités de la mousseline aux anses de l'instrument, afin de suspendre le poisson.



6. Pour peler le poisson une fois poché, inciser à la queue et découper le long des côtés. Soulever la peau avec la pointe d'un couteau et peler doucement.

7. Un bar poché froid est servi sur un lit de cresson, avec une garniture faite de rondelles de citron, de concombres et de tomates-olives.



8. Pour découper le poisson, tailler des tranches jusqu'à la grande arête, mais en laissant celle-ci intacte.



9. Se servir d'un couteau à poisson plat ou d'une petite spatule pour décoller les portions de la partie supérieure du poisson.



10. Une fois, cette couche supérieure servie, on pourra décoller d'un seul tenant la grande arête et les arêtes secondaires.

Daurades farcies à la florentine

Pour 6 à 8 personnes

FARCE D'ÉPINARDS
4 cuillerées à soupe de beurre
3 cuillerées à soupe d'échalotes finement hachées
1/2 tasse de purée d'épinards (environ 250 g)
2 tasses 1/2 de chapelure
2 à 4 cuillerées à soupe de crème double
1/4 de cuillerée à café de jus de citron
1/2 cuillerée à café de sel
Poivre noir

POISSONS
2 kg à 2,500 kg de daurades
6 cuillerées à soupe de beurre ramolli
1 verre de vin blanc sec
2 cuillerées à soupe de beurre
Cresson
Citrons

FARCE D'ÉPINARDS : Utilisez une poêle en fonte émaillée, dans laquelle vous faites chauffer le beurre à feu doux, ajoutez les échalotes, laissez cuire 2 minutes à feu doux ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Ajoutez les épinards. Faites cuire à feu vif 2 à 3 minutes. Mélangez dans un récipient avec la chapelure, crème double, jus de citron. Salez, poivrez.

POISSONS : Chauffez le four à 250°. Nettoyez les poissons à l'eau courante. Essorez-les dans des serviettes en papier. Désossez-les par le dos, retirez l'arête, mais laissez la tête et la queue. Garnissez l'intérieur des poissons avec la farce. Fermez en piquant avec une pique en bois et ficelez. Disposez une feuille de papier aluminium dans le fond et le long du plat de cuisson allant au four, badigeonnez avec 2 cuillerées de beurre ou d'huile. Rangez les poissons dessus. Enduisez-les au pinceau avec 2 cuillerées de beurre fondu, salez, poivrez. Mélangez le restant de beurre ramolli et le vin blanc, versez sur les poissons. Mettez sur le feu, portez à petite ébullition puis rangez dans le four, sans couvrir. Arrosez les poissons toutes les 5 minutes avec le jus de cuisson. Ajoutez 3/4 de verre de vin si c'est nécessaire.

Au bout de 30 minutes, les poissons sont cuits. Retirez-les du plat et enlevez soigneusement la feuille de papier aluminium. Versez le jus de cuisson dans une petite casserole. Portez à ébullition, laissez cuire jusqu'à ce qu'il soit sirupeux. Retirez du feu, incorporez une cuillerée à soupe de beurre. Versez sur les poissons disposés sur le plat du service. Servez avec une sauce beurre blanc *(page 105)* ou avec une sauce hollandaise *(page 74)*. Décorez avec du cresson et des quartiers de citron.

N. du P. : Pas d'accord pour les sauces d'accompagnement. La cuisson du poisson doit être suffisamment longue pour servir de sauce. Au besoin, un simple beurre fondu citronné fera l'affaire.

A défaut de daurades, on pourra farcir ainsi un loup, un merlu, de très gros merlans (la cuisson sera alors moins longue), ou un poisson de rivière, un sandre, un brochet ou une carpe.

Darnes de saumon grillées au beurre d'escargot

Pour 4 personnes

BEURRE D'ESCARGOT
8 cuillerées à soupe de beurre
1 cuillerée à soupe d'échalotes finement hachées
1 cuillerée à café d'ail finement haché
2 cuillerées à soupe de persil ciselé
Sel
Poivre noir

POISSON
4 darnes de saumon de 2,5 cm d'épaisseur
1/4 de tasse de beurre ramolli
Sel
Poivre
2 citrons coupés en 4 morceaux ou en tranches

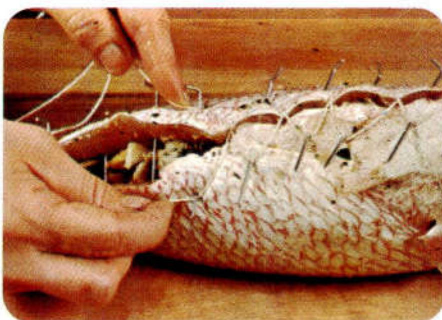
BEURRE D'ESCARGOT : Battez le beurre dans un bol avec une cuiller en bois jusqu'à ce qu'il prenne la consistance d'une pommade. Ajoutez les échalotes, l'ail et le persil. Assaisonnez avec sel et poivre.

POISSON : Faites chauffer le gril à four très vif pendant 15 minutes. Essorez les poissons dans des serviettes en papier.

Enduisez les darnes de saumon sur les deux faces à l'aide d'un pinceau avec le beurre ramolli. Disposez-les sous le gril très chaud dans le haut du four. Faites griller 3 minutes chaque face. Arrosez avec le beurre restant, salez, poivrez. Retournez les poissons, arrosez à nouveau avec le beurre écoulé dans la lèchefrite et laissez griller 5 à 8 minutes. Mettez les darnes de saumon grillées dans un plat chaud, à l'aide d'une spatule. Versez par dessus le beurre d'escargot ou servez-le à part en saucière. Décorez les darnes de saumon avec les quartiers ou tranches de citron.



1. En cuisant au four, la farce augmente de volume; un poisson ne doit donc pas être trop garni de farce.



2. Fermer la cavité grâce à une série de broches et lacer fortement à l'aide d'une mince ficelle.



3. Une fois le poisson cuit au four, retirer doucement les broches, ce qui permet d'ôter la ficelle.

Un poisson entier, comme cette daurade farcie aux épinards, garnie de demi-citrons et de bouquets de persil, constitue un très beau plat.

Pour 6 à 8 personnes

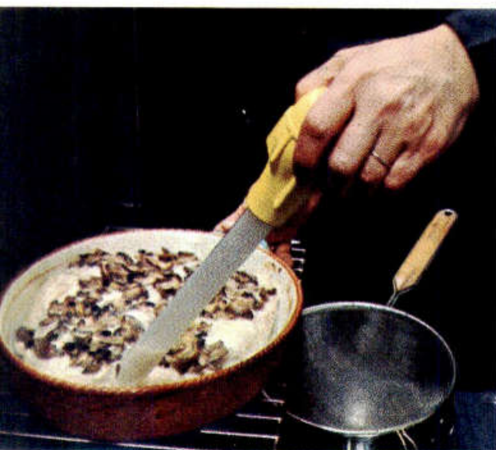
350 g de champignons de Paris
4 cuillerées à soupe de beurre
2 cuillerées à soupe d'huile d'arachide
1 cuillerée à soupe d'échalotes finement hachées
1 cuillerée à café de jus de citron
4 soles de 400 g chacune
Sel
Poivre noir
3/4 de verre de vin blanc sec
Eau

Filets de soles bonne femme

Levez les filets et parez-les afin qu'ils aient la même taille.

Chauffez le four à 200°. Mettez de côté 12 à 16 têtes de champignons, émincez le reste. Faites fondre 2 cuillerées à soupe de beurre dans une poêle de 16 à 18 cm en fonte émaillée, ajoutez une cuillerée d'huile, ajoutez les têtes de champignons, faites-les sauter à feu doux 2 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient légèrement dorées. Retirez la poêle du feu. Dans une autre poêle de 18 à 20 cm, faites chauffer 2 cuillerées à soupe de beurre et une cuillerée à soupe d'huile, ajoutez les champignons émincés, faites-les cuire 2 minutes, ajoutez les échalotes, laissez cuire encore une minute. Arrosez avec le jus de citron.

Beurrez un grand plat allant au four; disposez-y les filets de soles, salez, poivrez. Nappez-les avec le mélange champignons, échalotes, mouillez à hauteur avec le vin blanc et l'eau en quantité suffisante pour couvrir les filets de soles. Mettez sur le feu jusqu'à ébullition, couvrez avec un papier sulfurisé, puis placez dans le four, 8 à 10 minutes, sur l'étagère supérieure. En sortant le plat du four, retirez



Le temps que les filets de soles soient bien pochés, un liquide se forme, que l'on retirera à l'aide d'une seringue. Passer la cuisson dans une passoire fine et la recueillir dans une casserole; une fois réduite, elle servira de base à la sauce crème.

Les filets de soles bonne femme, garnis d'une sauce crème et de champignons, doivent être servis dans le plat dans lequel ils ont été cuits au four.

le papier. Récupérez le liquide de cuisson dans une casserole de 16 à 18 cm, et faites réduire à feu très vif, jusqu'à ce qu'il ne reste qu'une cuillerée de liquide. Couvrez les poissons restés dans le plat de cuisson afin qu'ils restent au chaud.

SAUCE CRÈME : Chauffez 4 cuillerées à soupe de beurre dans une casserole de 3 à 4 litres, à feu doux. Hors du feu, incorporez la farine. Remettez à feu doux 1 à 2 minutes en fouettant. Retirez du feu et versez dedans la réduction du jus en mélangeant bien. Remettez à feu vif en travaillant toujours. Baissez le feu, laissez cuire 1 minute. Ajoutez la crème double, portez à ébullition jusqu'à ce que la sauce ait l'épaisseur voulue. Assaisonnez avec sel, poivre et jus de citron. Retirez du feu, ajoutez petit à petit le beurre. Il faut en mettre selon votre goût. Mais la sauce crème doit être épaisse et onctueuse. Nappez les soles avec la sauce crème, garnissez avec les têtes de champignons réchauffés. Servez aussitôt.

SAUCE CRÈME
10 à 12 cuillerées à soupe de beurre
4 cuillerées à soupe de farine
1/2 tasse de crème double
1 cuillerée à soupe de jus de citron
1 cuillerée à café de sel
Poivre blanc



Coquilles Saint-Jacques à la parisienne

Pour 6 personnes

1 verre 1/2 de fond de poisson (ou d'eau à la rigueur)
1 verre 1/2 de vin blanc sec
1 échalote hachée
3 branches de céleri avec les feuilles, coupées en bâtonnets de 3 cm
4 branches de persil
1 feuille de laurier
10 grains de poivre
1 kg de coquilles Saint-Jacques, sans les coquilles
350 g de champignons de Paris émincés

SAUCE PARISIENNE
4 cuillerées à soupe de beurre
5 cuillerées à soupe de farine
3/4 de verre de lait
2 jaunes d'œufs
1/4 à 1/2 tasse de crème double
Quelques gouttes de jus de citron
1 cuillerée à café de sel
Poivre blanc
1/4 de tasse de comté râpé

Chauffez le four à 200°. Mettez dans une casserole le fond de poisson, le vin blanc, l'échalote, les bâtonnets de céleri, persil, laurier et grains de poivre. Portez à ébullition à feu vif. Baissez le feu, laissez mijoter 20 minutes sans couvercle. Passez au chinois, versez dans une grande casserole en fonte émaillée. Ajoutez les coquilles Saint-Jacques et les champignons. Couvrez, laissez mijoter 5 minutes. Égouttez les coquilles Saint-Jacques et les champignons dans un plat. Faites réduire le bouillon afin qu'il n'en reste que la valeur d'un verre.

SAUCE PARISIENNE : Faites chauffer le beurre à feu doux dans une petite casserole en fonte émaillée. Lorsqu'il est fondu, retirez la casserole du feu, ajoutez la farine. Mélangez, remettez à feu doux en fouettant pendant 1 à 2 minutes. Hors du feu, incorporez la réduction du bouillon et le lait en mélangeant bien avec un fouet. Remettez à feu vif, travaillez constamment. Lorsque le mélange est devenu épais et lisse, baissez le feu, laissez mijoter doucement une minute.

Dans un bol, battez les jaunes d'œufs et la crème, ajoutez 2 cuillerées à soupe de sauce chaude, puis remettez le tout dans la sauce, faites reprendre l'ébullition 30 secondes, en travaillant toujours. Retirez du feu, assaisonnez avec sel et poivre et jus de citron. La sauce terminée doit avoir la consistance voulue. Si elle est trop épaisse, ajoutez encore un peu de crème double.

Égouttez soigneusement les coquilles et les champignons s'ils sont mouillés. Mélangez avec deux tiers de la sauce. Beurrez 6 coquilles de coquilles Saint-Jacques dans lesquelles vous répartissez le mélange. Masquez avec le restant de sauce, poudrez de râpé. Faites gratiner 10 à 15 minutes, dans le four, sous le gril. En fin de cuisson, mettez le plat juste sous le gril pour dorer la surface. Servez aussitôt.

Coquilles Saint-Jacques à la provençale

Pour 4 personnes

1 kg de coquilles Saint-Jacques ; si elles sont grosses, coupez-les en deux dans le sens de l'épaisseur
Sel
Poivre blanc
Farine
2 cuillerées à soupe de beurre
3 cuillerées à soupe d'huile d'olive

BEURRE D'AIL
8 cuillerées à soupe de beurre
1 cuillerée à café d'ail finement haché
2 cuillerées à soupe de persil ciselé
1 citron coupé en quatre

Nettoyez les coquilles dans de l'eau froide, essorez-les dans une serviette en papier. Assaisonnez-les avec sel, poivre et farinez-les légèrement. Faites chauffer le beurre et l'huile dans une poêle à feu doux. Mettez-y les coquilles, faites-les sauter en remuant la poêle jusqu'à ce qu'elles soient dorées légèrement. Égouttez-les dans un plat chaud à l'aide d'une spatule ou d'une cuiller en bois.

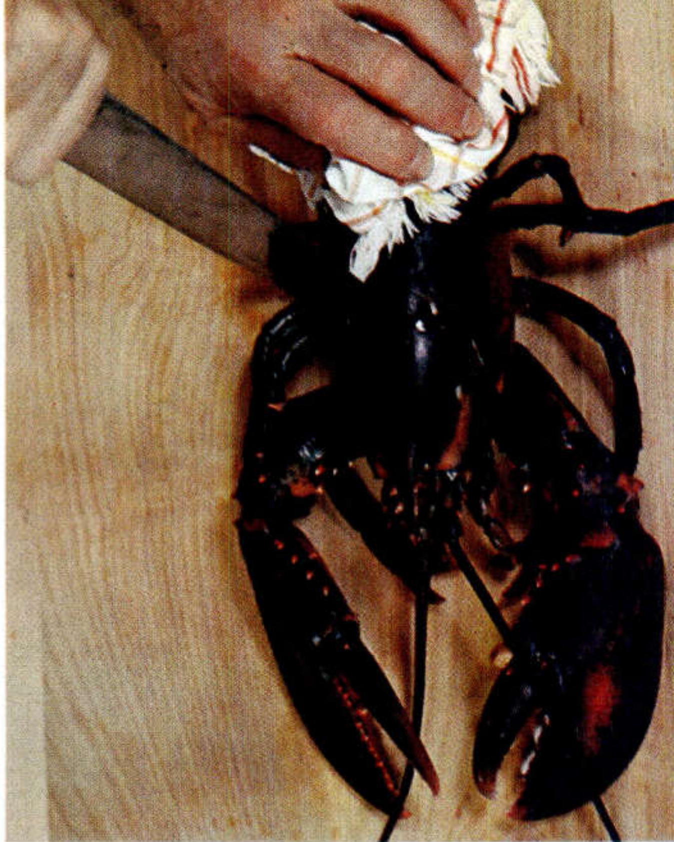
BEURRE D'AIL : Clarifiez le beurre, faites-le fondre dans une casserole à feu doux, écumez. Chauffez le beurre clarifié dans une poêle. Hors du feu, ajoutez l'ail. Faites ce travail très rapidement. Versez le tout sur les coquilles Saint-Jacques. Servez aussitôt. Poudrez de persil et garnissez avec les quartiers de citron.



Les coquilles Saint-Jacques à la parisienne sont servies en portions individuelles, dans des coquilles. Ce mets s'accompagne de vin blanc sec.

Comment s'attaquer à un homard

Découper et nettoyer un homard n'a rien de difficile pour peu que l'on connaisse la technique, mais le homard à l'américaine — et il en est de même des autres préparations — a une saveur particulière s'il est tué juste avant d'être cuit, si nécessaire par vos soins. Souvenez-vous qu'il n'y a que le premier pas qui coûte ! Voici trois conseils qui vous faciliteront la tâche : se servir d'un linge pour mieux tenir le crustacé, au moment d'acheter le homard vif, vérifier que les pinces sont bloquées. Utiliser un marteau pour enfoncer le couteau. L'opération paraît délicate; vous pouvez la réaliser correctement dans votre cuisine, si vous suivez minutieusement le processus indiqué sur la suite de photos de ces deux pages.



1 Avec un lourd couteau, sectionner le cordon médullaire en enfonçant la lame à l'arrière de la tête, ce qui tue l'animal.



4 Enlever la poche.



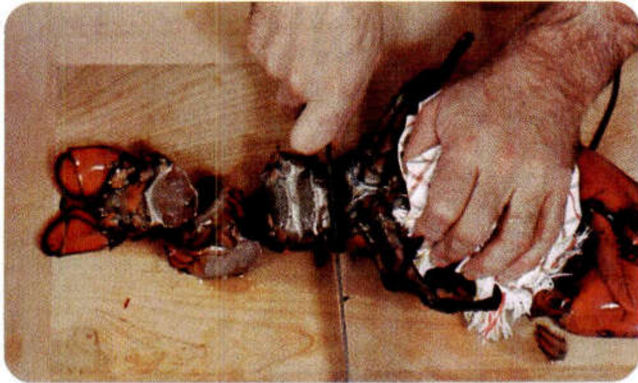
5 Arracher ou couper les pinces pour les détacher du corps. Le torchon assurera une bonne prise.



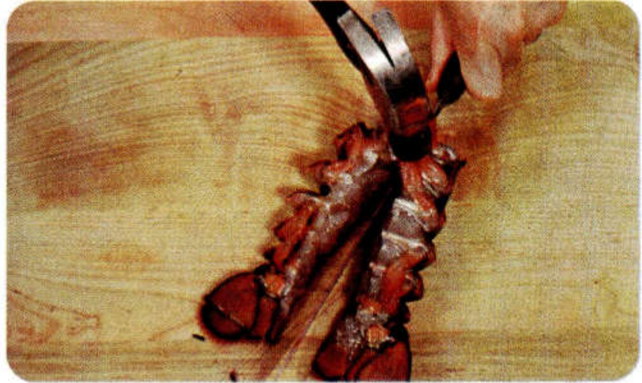
8 Couper le coffre en deux dans le sens de la longueur. Si besoin, se servir d'un marteau.



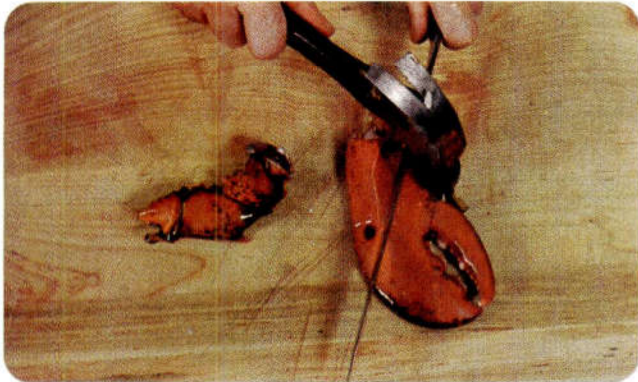
9 Ôter de la tête la poche gélatineuse; c'est la seule partie non consommable du homard.



2 Sectionner la queue à ses diverses jointures. On obtient des médaillons. Une autre méthode consiste à...



3 ...couper la queue longitudinalement en deux parties égales.



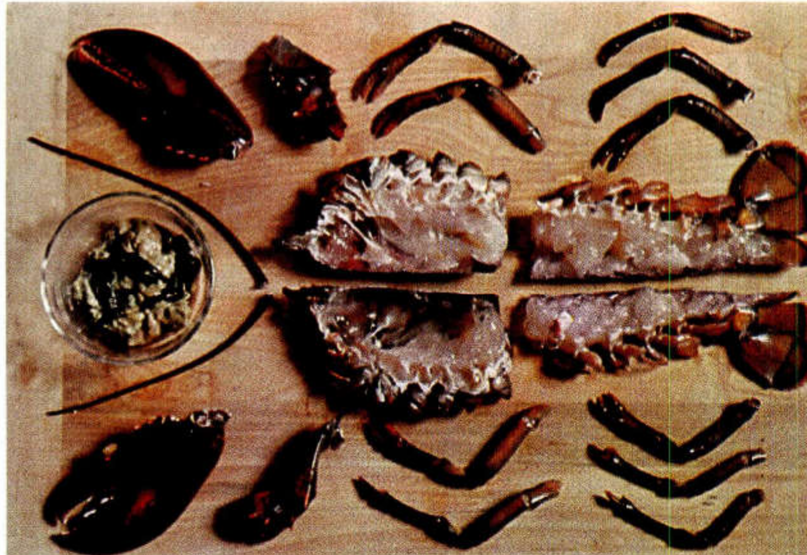
6 Pour permettre aux convives d'extraire plus aisément la chair d'une pince, fendre d'un coup sec la partie plate interne de la pince.



7 Mettre de côté les antennes et les jointures. S'en servir éventuellement pour garnir le plat.



10 A l'aide d'une cuiller, prélever avec soin d'une part la matière d'un brun verdâtre qui constitue le foie du crustacé et, d'autre part, les œufs (s'il y en a). C'est le corail et il est particulièrement fin.



11 Cette illustration indique le résultat obtenu après découpage; le homard est prêt pour la cuisson *(voir page suivante)*.

Pour 4 à 6 personnes

8 cuillerées à soupe de beurre
1/4 de tasse de carottes émincées
1/2 tasse d'oignons émincés
2 cuillerées à soupe de persil finement haché
1 cuillerée à café de thym sec
1 feuille de laurier
2 homards vivants de 1 kg à 1,200 kg chacun, coupés en morceaux
2 cuillerées à café de sel
6 cuillerées à soupe d'huile d'olive ou d'arachide
1/3 de verre de cognac
5 grosses tomates épluchées, épépinées et coupées en morceaux (3 tasses environ)
1/4 de tasse d'échalotes hachées
1 verre de vin blanc sec
1 verre de fond de poisson
1 cuillerée à soupe de tomate concentrée
1 cuillerée à soupe de farine
1/2 cuillerée à café de jus de citron
1 cuillerée à soupe d'estragon frais, ciselé ou 1 cuillerée à café d'estragon sec
Sel
Poivre noir

Homard à l'américaine

Chauffez 4 cuillerées à soupe de beurre dans une casserole de 4 a à 6 litres, à feu doux. Ajoutez les carottes et oignons. Faites cuire 5 à 8 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient souples, mais pas trop colorés. Retirez du feu, ajoutez le persil, le thym et le laurier.

Découpez les homards, jetez la tête et la poche (c'est une matière gélatineuse). Gardez tout le liquide intérieur. Si vous utilisez des femelles, employez les œufs. Coupez en morceaux; assaisonnez avec 2 cuillerées de sel. Chauffez l'huile dans une casserole plate de 24 à 26 cm, faites-y sauter les morceaux de homard à feu très vif pendant 5 minutes ou jusqu'à ce que les carapaces prennent couleur.

Retirez les morceaux de homard, mettez-les dans une casserole. Faites chauffer le cognac dans une petite casserole, arrosez les morceaux de homard chauds et flambez. Remettez le tout avec le jus de flambage dans la casserole de cuisson des légumes, ajoutez les échalotes et les tomates. Dans la casserole plate contenant la cuisson des morceaux de homard, ajoutez le vin blanc et le fond de poisson. Portez à ébullition en mélangeant. Laissez mijoter 2 minutes et versez sur les morceaux de homards. Mélangez le tout. Faites cuire d'abord à feu vif, portez à ébullition. Baissez le feu, laissez mijoter à couvert 30 minutes. Arrosez de temps en temps.

Pendant ce temps, préparez le beurre. Battez-le vigoureusement jusqu'à ce qu'il prenne l'épaisseur voulue. Mélangez-le avec le corail, la farine, jus de citron, estragon, une cuillerée à soupe de persil, salez, poivrez. Passez au chinois, mettez de côté. Arrangez les morceaux de homards cuits sur un grand plat de service très chaud, ou laissez ce plat sur feu doux.

Passez la sauce à nouveau au chinois. Pressez fortement les légumes à l'aide d'une cuiller. Mettez sur le feu et faites réduire de moitié. Baissez le feu, ajoutez petit à petit le beurre en pommade. Laissez mijoter 5 minutes. Rectifiez l'assaisonnement. Versez la sauce sur les homards.

DÉCOUPAGE DES HOMARDS : Nettoyez les homards à l'eau froide, essorez, posez sur une planche à découper. Enveloppez-les dans un torchon en saisissant avec la main la tête et les pinces du homard vivant. Plantez la pointe d'un grand couteau pointu dans le dos du homard. Tronçonnez la queue dans le sens des anneaux. Sectionnez les pinces et les pattes, concassez-les. Coupez le coffre dans le sens de la longueur. N'oubliez pas de retirer de la tête la poche gélatineuse, mais conservez la partie crémeuse qui constitue le foie et le corail, s'il y en a.



Les morceaux de homard peuvent être servis sur une couche de riz. Arrosez l'ensemble de sauce et, pour obtenir un contraste de couleurs, ajouter une garniture de persil.



VIII

Les volailles : un rendement sûr

Au marché du mercredi, dans le petit village landais de Peyrehorade, les volailles sont vendues vivantes. Aux pieds de cette cliente, on voit un groupe de cinq canards de Barbarie et un panier plein de lapins; ils ont les pattes entravées pour qu'ils ne puissent s'échapper.

Afin de paraître sur une table royale, les mets qui relèvent de recettes provinciales sont toujours plus ou moins modifiés; exception, la poule-au-pot ! Le roi Henri IV venant de goûter une poule-au-pot formula le vœu que tous ses bons sujets pussent en manger le dimanche. Une belle poule bien dodue, farcie de chair à saucisse et de fines herbes, cuite avec les légumes, le tout est d'une simplicité royale !

La poule-au-pot, à la saveur riche et délicate, n'a pas grand-chose à voir avec la poule bouillie des livres de cuisine, que l'on trouve dans un grand nombre de pays. A l'époque victorienne, par exemple, on considérait avec dédain les fantaisies françaises. Seule exigence, la recette imposait l'emploi d'une vieille poule. Fort heureusement pour la France, la reine Victoria, si elle eut quelque influence sur les problèmes politiques par-delà la Manche, n'exerça qu'une action pratiquement nulle sur l'évolution de la cuisine.

La cuisinière française fait toujours mijoter dans beaucoup d'eau et à petit feu la poule-au-pot, qu'elle soit farcie ou non. La volaille est ensuite placée dans un plat et entourée de ses légumes; l'ensemble est maintenu au chaud pendant que le bouillon est dégusté par les convives.

Une fois découpée, la volaille est servie; d'innombrables sauces peuvent l'accompagner; souvent on fait choix d'une sauce à la normande, composée de beurre et de crème ou d'une sauce obtenue à partir d'un fond de bouillon, enrichi de quelques œufs.

Les variantes de la poule-au-pot ne se comptent pas et, chacune de ces recettes reflète certaines caractéristiques de la province dont elle est originaire. Elles exigent toutes une belle poule bien en chair. Dans divers pays, les ménagères ne trouvent dans leurs livres de cuisine que deux ou trois manières d'accommoder un poulet; la liste des recettes si

variées dont dispose la cuisinière française pour faire cuire ce modeste volatile aurait de quoi les stupéfier. La manière la plus simple consiste à faire sauter ou poêler la volaille. Le poulet à la bordelaise, accompagné de cœurs d'artichauts, ou garni de courgettes, voire d'olives — et cette liste est loin d'être limitative — introduit dans la tradition dominicale, parfois monotone, du bon poulet un élément de variété (*).

Que dire des fricassées ? Les ménagères, qu'elles soient de Normandie, de Perpignan ou d'ailleurs, ont mis au point diverses recettes. Il existe d'onctueuses fricassées claires, enrichies de crème, de petits champignons et d'oignons, de robustes fricassées sombres, où la chair du poulet demeure ferme, mais est imbibée des parfums des fines herbes et du bouquet d'un bon vin. On ne saurait oublier le plus important, le poulet rôti, parfumé l'été d'un peu d'estragon ou de quelques gouttes de citron et poudré de persil. Le poulet rôti est servi tout croustillant, sans autre accompagnement que sa cuisson. Ce mets répond à la règle prescrite par Escoffier, selon laquelle tout doit être simple !

Il suffit d'un peu de bon sens pour réaliser ces préparations avec n'importe quelle volaille de basse-cour. Le canard, l'oie, ont une chair

(*) - Le poulet à la bordelaise avec des olives et des courgettes tel que le décrit l'auteur serait plutôt provençal. Mais peu importe et il a raison, il existe mille recettes pour apprêter le poulet, le poulet Reine, le coq, le chapon, la poularde, le coquelet et le poussin, qui ne sont en somme que les enfants des œufs de la poule...

La poule-au-pot, évidemment, fut d'abord béarnaise. Sa farce est la farce jaune ménagère, de mie de pain, œuf et herbes et il n'y entre pas de chair à saucisse. (N. du P.).



Pour obtenir une poule-au-pot particulièrement savoureuse, la Française — à l'exemple de cette Basquaise — tient à acquérir une volaille indubitablement fraîche, puisque vivante.

plus grasse que celle du poulet; dans la cuisson, il faut tenir compte de cette richesse (voir page 126 la recette du caneton braisé aux navets).

Son mode de nutrition, une vie plus rude donnent au gibier à plumes une chair serrée, plus coriace et plus parfumée que celle d'un oiseau de basse-cour. Il faut le cuire différemment et, de préférence, le braiser plutôt que de le rôtir (*). Mieux que leurs cousins domestiques, ces oiseaux supportent un long séjour au réfrigérateur, ce qui est un avantage quand la famille compte quelques bons chasseurs. Cependant, en France, le gibier qui n'est pas mangé immédiatement est transformé généralement en pâtés ou en terrines à consommer par la suite.

Les tendres pigeonneaux seront traités comme les poulets et les poussins; on les fera rôtir au beurre. Les coquelets ont droit aux mêmes honneurs que les vrais coqs; ils seront cuits dans une forte sauce au vin. D'ailleurs, bon nombre de poules changeront de sexe à la cuisine et constitueront de fort bons coqs au vin. De même, les dindonneaux — ce genre de volaille est de plus en plus répandu de nos jours en France — seront préparés comme de jeunes poulets et compte tenu de leur âge ou des promesses de leur chair.

Dans certaines régions de France, les poulets acquièrent une chair succulente; tel est le cas de la Bresse. Les recettes appropriées à ces volailles permettent de mettre en relief leurs qualités; appliquées à des sujets moins précieux, elles les améliorent. Les ménagères étrangères croient encore que le meilleur moyen d'acquérir un bon poulet est de

(*) - Sauf le perdreau, le faisan, la caille, etc. (N. du P.).



Dans des villes plus importantes, les volailles sont généralement plumées et prêtes à être mises au four. Chez ce commerçant parisien, un étal présente des poulets de premier choix dont certains sont déjà rôtis.

l'acheter à un fermier réputé pour la manière dont il soigne ses volailles. D'autres cuisinières se rendent dans un supermarché, où les poulets conservés dans la glace sont entassés par milliers et il leur semble que le mets ne sera bon que si elles achètent un poulet entier, qu'elles feront décongeler. A tout le moins, le volatile n'aura-t-il pas perdu autant de saveur que celui qui aura séjourné plusieurs jours sur un comptoir, après avoir été débité en morceaux (*).

Sur ce point, les Françaises leurs donneront raison; des poulets débités en quarts ne peuvent avoir la saveur d'une volaille restée intacte; les morceaux auront perdu partie de leur jus. Le poulet sauté doit, certes, être coupé en morceaux au préalable, mais la tâche incombe à la cuisinière et à personne d'autre.

Le poulet, qu'il soit jeune ou vieux, entier ou débité en morceaux, constituera un plat de choix, s'il est préparé à la française, c'est-à-dire avec simplicité et respect.

(*) - Heureusement, l'on ne connaît pas encore en France le poulet congelé. Mais, d'ailleurs, si la consommation du poulet diminue considérablement depuis quelques années, n'est-ce pas parce que nos marchés sont inondés de poulets d'élevage industriel, nourris aux produits chimiques, de chair molle et fade ? Le poulet n'est plus pour la famille française le symbole du luxe et de la fête. Le gigot l'a remplacé. (N. du P.).

CHAPITRE VIII RECETTES

Poulet rôti

Pour 4 personnes

1 poulet de 1,600 kg à 1,800 kg
2 cuillerées à soupe de beurre
1 cuillerée à café de jus de citron
Sel
Poivre noir
3 cuillerées à soupe de beurre ramolli
1 cuillerée à soupe d'huile d'arachide
1 oignon émincé
1 carotte coupée en fins bâtonnets
1 branche de céleri coupée en fins bâtonnets
1 verre de fond de volaille

Chauffez le four à 280°. Nettoyez le poulet à l'eau courante. Essorez-le intérieurement et extérieurement avec un linge ou des serviettes en papier. Mettez 2 cuillerées de beurre dans un récipient, mélangez avec une cuiller en bois jusqu'à ce que vous obteniez une crème (en pommade). Ajoutez le jus de citron, 1/4 de cuillerée à café de sel et du poivre. Bridez proprement le poulet avec de la ficelle blanche de cuisine. Avec un pinceau, badigeonnez le poulet avec le beurre en pommade et de l'huile mélangés.

Placez le poulet sur une grille au milieu du four et la lèchefrite dessous. Au bout de 10 minutes, retournez le poulet, badigeonnez à nouveau avec le mélange de beurre en pommade et huile et laissez cuire 10 minutes. Baissez le four à 200°. Retournez le poulet, enduisez-le à nouveau de beurre et huile, salez légèrement. Mettez les légumes dans la lèchefrite. Faites-les cuire en les arrosant toutes les 10 minutes avec le jus de cuisson du poulet. Au bout d'une heure, vérifiez la cuisson, piquez le poulet avec une aiguille à brider; si le jus qui s'écoule est jaune clair, le poulet est cuit à point; s'il est rosé, laissez cuire encore quelques minutes. Retirez la ficelle qui entoure le poulet, laissez-le reposer 5 minutes avant de le servir.

Pendant ce temps, préparez la sauce. Faites bouillir le fond de volaille dans la lèchefrite à feu vif, en mélangeant et en détachant les petits morceaux qui adhèrent dans le fond de la lèchefrite. Laissez bouillir 2 à 3 minutes. Passez au chinois en pressant fortement sur les légumes avec le dos d'une cuiller. Dégraissez le fond en retirant délicatement la pellicule de graisse qui se forme à la surface. Rectifiez l'assaisonnement. Le poulet peut être découpé dans la cuisine ou à table. Servez la sauce à part.

Poulet sauté

Pour 4 personnes

- 1,200 kg à 1,400 kg de poulet coupé en morceaux
- 6 cuillerées à soupe de beurre
- 2 cuillerées à soupe d'huile d'arachide
- 16 à 24 grosses échalotes épluchées ou 16 petits oignons nouveaux
- Sel
- Poivre noir
- 2 feuilles de laurier
- 1 cuillerée à café de jus de citron
- 250 g de cœurs d'artichauts
- 1/2 verre de fond de volaille

Nettoyez les morceaux de poulet à l'eau courante. Épongez-les dans un linge ou des serviettes en papier. S'ils sont humides, ils ne doreront pas facilement. Chauffez 4 cuillerées à soupe de beurre et l'huile dans une cocotte de 26 à 28 cm, en fonte émaillée, sur feu moyen. Ajoutez quelques morceaux de poulet. Faites-les rissoler, retournez-les avec une fourchette. Mettez-les de côté sur un plat, faites rissoler les autres morceaux.

Quand tous les morceaux de poulet sont bien dorés, mettez les échalotes ou oignons dans la cocotte. Laissez colorer légèrement en mélangeant, remettez les morceaux de poulet. Salez, poivrez, ajoutez la feuille de laurier et couvrez la cocotte. Faites cuire à feu vif, puis baissez et cuisez doucement en arrosant de temps en temps.

Pendant ce temps, préparez les artichauts. Faites chauffer le restant de beurre dans une poêle de 24 à 26 cm, en fonte émaillée. Ajoutez le jus de citron, les cœurs d'artichauts et mélangez bien. Salez, couvrez, laissez cuire doucement 10 à 15 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient souples.

Quand les morceaux de poulet ont cuit pendant environ 30 minutes, piquez un morceau avec l'extrémité d'un couteau pointu. Si le jus qui s'écoule est jaune clair, le poulet est cuit à point. Retirez la feuille de laurier, égouttez les morceaux de poulet, disposez-les dans un grand plat chaud, ainsi que les cœurs d'artichauts, les oignons ou échalotes autour des morceaux de poulet.

Versez le fond de volaille dans la cocotte avec le jus de cuisson. Portez à ébullition à feu vif, frottez le fond de la cocotte afin de détacher les morceaux de chair de poulet qui y adhèrent. Faites réduire ce liquide jusqu'à ce qu'il reste 1/3 de verre. Arrosez le poulet avec ce jus. Servez aussitôt.

ALTERNATIVE : Si vous désirez, vous pouvez cuire les artichauts avec les morceaux de poulet. Supprimez 2 cuillerées à soupe de beurre et le jus de citron indiqués dans cette recette. Après 15 minutes de cuisson du poulet avec les oignons ou les échalotes, ajoutez les cœurs d'artichauts. Arrosez avec le jus de cuisson. Couvrez, laissez cuire 15 minutes en arrosant de temps en temps avec le jus de cuisson.



On commencera par faire brunir le poulet en disposant les morceaux de façon à ce que le côté peau se trouve au fond de la cocotte.



On fera rissoler les échalotes dans ce même plat jusqu'à ce qu'elles soient dorées.



Ensuite, les morceaux de poulet et les échalotes seront placés dans la cocotte, que l'on couvrira et que l'on fera mijoter doucement.



Le poulet sauté, cuit dans de l'huile et du beurre, sera présenté dans un plat garni d'échalotes (entières) et de demi-cœurs



d'artichauts. Dans ce poulet sauté à la bordelaise, la saveur de la chair et celle des divers légumes sont complémentaires.

Pour 4 personnes

1 caneton de 2,300 kg (environ)
1 cuillerée à café de sel
2 cuillerées à soupe d'huile d'arachide
1 cuillerée à soupe de beurre
1 oignon finement émincé
1 carotte finement émincée
Sel
Poivre noir
1/4 de cuillerée à café de thym sec
Bouquet garni fait avec 4 branches de persil et 1 feuille de laurier
700 g de navets coupés en quatre
3/4 de verre de fond de volaille
Jus de citron
1 cuillerée à soupe de persil ciselé

FOND BRUN DE CANARD
2 cuillerées à soupe d'huile d'arachide
1 oignon émincé
1 carotte émincée
1 branche de céleri coupé en fins bâtonnets
Les parures du canard (cou, foie, cœur)

Caneton aux navets

Chauffez le four à 210°. Nettoyez le caneton et les abattis à l'eau courante, essorez dans un linge ou des serviettes en papier. Mettez les abattis à part. Salez le caneton intérieurement et ficelez-le. Dans une poêle de 26 à 28 cm, chauffez l'huile, ajoutez le caneton, faites-le rissoler régulièrement en le retournant avec une spatule ou deux cuillers.

Dans une grande cocotte en fonte émaillée, chauffez le beurre à feu doux. Ajoutez les oignons et les carottes, faites cuire doucement 10 minutes en mélangeant sans arrêt. Les légumes doivent être souples et dorés légèrement. Ajoutez le caneton, salez, poivrez et mettez le bouquet garni et le thym. Couvrez avec une feuille de papier aluminium. Faites braiser 1 heure dans le four.

Retirez le caneton de la cocotte, passez le jus de cuisson et les légumes dans un chinois, pressez fortement sur les légumes pour en extraire le plus de jus de cuisson possible. Laissez reposer le liquide puis dégraissez-le soigneusement. Remettez le caneton dans la cocotte, arrangez les navets autour. Ajoutez le liquide de cuisson dégraissé qui doit recouvrir les navets; s'il n'est pas en quantité suffisante, ajoutez du bouillon chaud. Portez à petite ébullition sur feu vif. Couvrez la cocotte et remettez à four chaud 15 à 20 minutes, jusqu'à ce que les navets soient cuits.

Retirez la cocotte du four. Augmentez la température à 300°. Disposez le caneton sur une grille allant au four et faites-le colorer à brun foncé 10 minutes dans le four. (La coloration n'est pas indispen-



sable, vous pouvez supprimer.) Retirez la ficelle autour du caneton et dressez-le sur un plat chaud. Arrangez les navets autour du caneton. Dégraissez le plus possible le jus de cuisson, goûtez et assaisonnez avec sel, poivre et jus de citron. Versez dans une saucière, poudrez de persil haché.

FOND BRUN DE CANARD : Pendant que le caneton est au four, préparez le fond brun. Chauffez l'huile dans une casserole de 4 à 6 litres. Quand elle est bien chaude, ajoutez les céleris, oignons et carottes, mettez à feu doux. Faites rissoler en mélangeant pendant 10 minutes. Ajoutez les parures du caneton, jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Mouillez avec 2 verres d'eau. Portez à ébullition, baissez le feu, laissez mijoter une heure à moitié couvert. Passez au chinois fin, dégraissez. Vous devez obtenir 3/4 de tasse de fond.

VARIATION I : AVEC DES OLIVES. Faites blanchir 2 douzaines d'olives vertes dénoyautées dans 1 litre 1/2 d'eau bouillante, 2 à 3 minutes, sans couvrir. Égouttez, cuisez avec le caneton à la place des navets.

VARIATION II : AVEC DES PETITS POIS. Faites cuire 700 g de petits pois frais dans 1 litre 1/2 d'eau bouillante salée; passez dans de l'eau froide et égouttez à nouveau. Faites cuire avec le caneton à la place des navets.

N. du P. : Pendant que vous ferez colorer le caneton, sucrez légèrement les navets et faites-les « glacer » au four.

Si les petits pois sont très frais, inutile de les faire blanchir avant de les mettre à cuire avec le caneton. Là encore, poudrez-les d'un peu de sucre fin.

Doré, braisé puis glacé, ce caneton a une peau croustillante, mais sa chair est tendre et juteuse. La garniture de navets constitue un accompagnement traditionnel.




RESE
AU
BOUCH

IX

Les viandes différencient les cuisines nationales

En 1066, Guillaume le Conquérant prit pied en Angleterre; son intervention allait doter le pays d'un ordre féodal, mais de bien davantage aussi. Ses chevaliers, leurs dames, leurs gens s'installèrent dans ce pays hostile et leurs manières gracieuses, leur mode de vie offusquèrent les chefs à demi sauvages de la Grande-Bretagne. A l'occasion d'un festin, ils faisaient cuire un bœuf entier et le dévoraient à grand renfort de tonneaux de bière. Petit à petit, les mœurs des arrivants les séduisirent. Les Normands s'attablaient pour des repas comprenant plusieurs services; parfois, au son d'un orchestre, ils buvaient du vin, mangeaient des plats comportant des viandes préparées et bien cuites, alors que les Anglo-Saxons se contentaient de déchiqueter un morceau de viande, arraché à une carcasse mal rôtie. Les nouveaux venus dégustaient aussi des gâteaux et des mets sucrés.

Pour les Anglo-Saxons, ces coutumes prêtèrent d'abord à rire. Mais, graduellement, ils les adoptèrent en même temps qu'ils acceptaient le français; à présent, les classes dirigeantes de la société anglaise ont un comportement qui reflète certains aspects de l'invasion normande. Du moins jusqu'à la révolution industrielle de l'ère victorienne, ces raffinements ne touchèrent guère les autres classes de la société. Elles gardèrent jalousement leurs dialectes ainsi que leurs patronymes et, en même temps, continuèrent à considérer que la viande de bœuf, la bière et le pain constituaient les fondements mêmes de leur existence.

Dans des millions de foyers britanniques, le rôti de bœuf demeure synonyme de repas sain mais, en France, on sert souvent le dimanche un morceau de bœuf de premier choix : l'aloyau. Taillé dans la région des reins et de la croupe, ce morceau renferme le filet, le contre-filet, le romsteck. Cette viande peut être rôtie ou braisée et servie accompagnée

Le jour du marché à Villeneuve-de-Marsan, dans le Sud-Ouest, les éleveurs et les marchands de bestiaux conversent tout en marchandant âprement. Le bétail est amené sur pied au marché. Les bouchers ont leur abattoir.

de légumes; elle constitue un mets de choix et on la rehausse de diverses manières pour faire honneur aux invités : ainsi on appréciera le filet lardé prince Albert, farci de foie gras et de truffes, le filet de bœuf Matignon, le faux-filet braisé et le filet de bœuf bouquetière.

L'entrecôte ou le bifteck-frites sont des plats populaires en France. Ce genre de grillade ne relève pas de la grande cuisine, mais qui n'a rêvé d'un bon bifteck-frites en arrivant au restaurant !

Un morceau de bœuf sera d'abord « saisi » à feu vif, puis on le fera braiser ou on le mettra à rôtir au four dans son propre jus; la viande transmet sa saveur aux légumes. Entre autres préparations du genre, citons le bœuf à la mode; il peut être servi chaud ou froid et coupé en tranches. De la sorte, la viande conserve tout son goût et, pour peu qu'on la dispose en aspic, que les légumes soient placés artistiquement, le bœuf à la mode constitue un très beau plat. Depuis quelques décennies, les jeunes, surtout dans les milieux universitaires, apprécient le bifteck à peine saisi, une mode britannique. On accompagne ce bifteck de pommes pont-neuf. Préparé honnêtement, ce mets est plus sain que les mauvais ragoûts que les gargotes dispensent aux étudiants.

Les hommes d'un âge certain, qui disposent de plus de temps pour profiter de leur acquit, préfèrent des mets plus classiques et répugnent à se faire servir une quelconque grillade à peine saisie, meilleure pour la santé, dit-on. En règle générale, ils aiment les viandes en sauce, les ragoûts. Comme le prouvent les livres de cuisine donnant des recettes provinciales, les plats de ce genre, appréciés voici cinq siècles, le demeurent encore de nos jours.

Que l'agneau soit servi très rose paraît illogique à de nombreux étrangers, qui pourtant détestent la viande de bœuf trop cuite. Chez eux, l'agneau est bien cuit. Cependant, le gigot d'agneau préparé à la manière française ne tardera guère à figurer parmi les plats favoris de toutes les familles qui en auront goûté. Il s'agit là, comme pour beaucoup d'autres des grands plats de la cuisine provinciale, d'un mets saisonnier, alors qu'en Nouvelle-Zélande et dans quelques autres nations on trouve sur la table des gigots toute l'année, mais dont la viande est plus forte.

Un hommage à l'agneau de lait

L'agneau de lait est un plat traditionnel, dont la venue sur la table salue la fête de Pâques; ce jeune animal demeure agneau encore pendant deux ou trois mois. Durant cette prolongation d'une époque favorable, tous ceux qui en auront l'occasion mangeront du gigot d'agneau au restaurant ou sous le toit familial; on le prépare de cent manières, mais qui lui conservent son goût caractéristique.

Selon une méthode originaire de Bretagne, on peut le faire braiser et l'accompagner de haricots blancs. Mariage heureux, disent celles qui le cuisinent de la sorte. Pour ma part, c'est à Vence, non loin de la frontière italienne, que j'ai mangé le meilleur gigot aux haricots. Ce gigot n'avait d'ailleurs pas été braisé mais, pour le faire cuire, on l'avait suspendu à une sorte de broche. La façon dont un jeune gâte-sauce, indifférent à la chaleur de la flamme, opérait pour arroser de son propre jus ce gigot qui se balançait avait quelque chose de spectaculaire; les haricots qui l'accompagnaient avaient été épluchés le jour même; ils n'avaient rien à voir avec les haricots blancs secs qu'on m'avait servis en Bretagne; ils fondaient entre mes dents comme de délicats grains de raisin, en parfumant mon palais.

Les haricots jouent un rôle essentiel dans un plat régional, encore plus fameux peut-être, le cassoulet *(page 148)*. Sa préparation exige des

haricots de première qualité. Ce fait n'étonnera pas les ménagères américaines, qui font cuire les haricots secs selon la tradition propre à la Nouvelle-Angleterre, et en particulier à Boston, c'est-à-dire en les faisant bouillir en compagnie d'un morceau de porc. Certes, un Français préfèrera à ces haricots américains ceux de son cassoulet, mais pour peu qu'on lui fasse goûter un de ces plats bostoniens bien préparés, il donnera un coup de chapeau gastronomique à ce petit neveu américain.

Les cassoulets sont toujours vigoureux

Comme n'importe quel ragoût provincial, ce mets qui comporte deux éléments essentiels — les haricots et la viande ou un choix de viandes — connaît de multiples variantes; elles dépendent des goûts familiaux et des ingrédients disponibles. Que la recette soit simple ou compliquée, le cassoulet constitue toujours un plat solide, qui n'a besoin d'aucun accompagnement. On se contentera de le faire précéder de quelques huîtres, de le faire suivre d'une salade verte et d'un fruit. (Un tel repas constitue peut-être un des rares cas où un bon fromage semble superflu.) Bref, pour supporter l'impact d'un cassoulet, le reste du menu doit être conforme à la ligne générale qui vient d'être donnée.

Anatole France prétend que le meilleur cassoulet qu'il aurait mangé



Escortée de sa mère et de son fils, une femme quitte le marché de Villeneuve-de-Marsan après avoir acheté quatre jeunes lapins vivants, qui permettront à la famille de déguster la traditionnelle gibelote de lapin.

était l'œuvre d'un cordon-bleu, la mère Clémence; ce cassoulet avait mijoté 20 ans ! Il y a là, évidemment, une grosse exagération mais, pour obtenir un jus savoureux, il faut que la cuisson se fasse lentement. Dans la plupart des recettes, on conseille de laisser séjourner le cassoulet pendant cinq heures au four; ce délai peut être réduit en faisant cuire au préalable ses divers éléments.

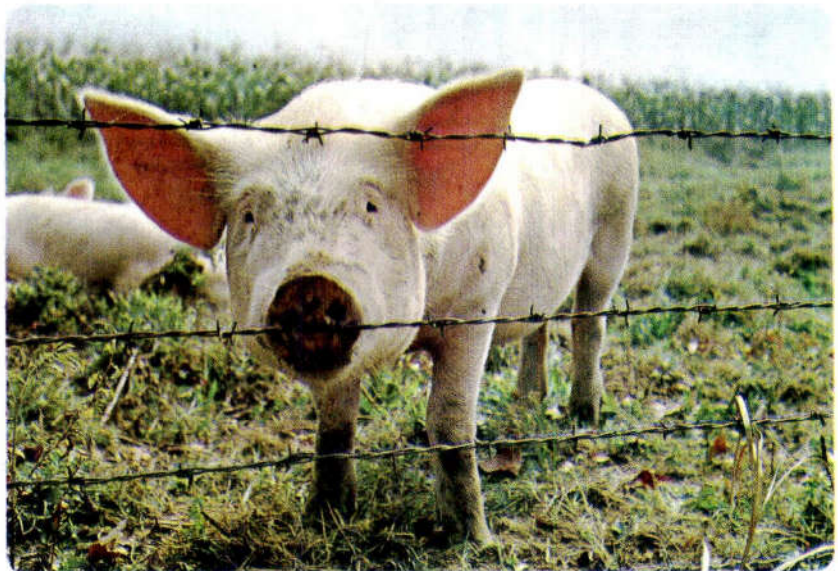
Les chefs français considèrent que, tout courant d'air étant nuisible, il est détestable d'ouvrir le four au cours de la cuisson et tant qu'à la surface du cassoulet une belle croûte dorée ne s'est pas formée. (Entre autres bonnes histoires que l'on raconte au sujet de ce mets, citons celle du savetier qui avait accroché à la porte de son échoppe un panneau portant ces mots : « Fermé en raison des courants d'air. Le cassoulet est au four. Prière de revenir demain ».)

Certaines cuisinières prétendent qu'un cassoulet ne saurait recueillir à table les honneurs légitimes tant que la cuisson n'a pas engendré une troisième croûte dorée, les deux premières ayant été repoussées au fond de la marmite. En fait, un cassoulet peut être onéreux ou économique (sauf pour ce qui est du temps, évidemment). Pour en préparer un, on achète ce que l'on veut et on l'accommode à son gré. Toutefois, ce sont là des prérogatives de la cuisinière provinciale, qui n'est pas astreinte aux rigoureuses règles de la haute cuisine (*).

Les abats sont honorés !

La façon dont les Français traitent des morceaux que les autres dédaignent, les abats et les organes internes, nous offre un aspect amusant de

(*) - C'est sept fois (les nombres impairs plaisent aux dieux gourmands) qu'il faut « casser » la croûte d'un vrai cassoulet, qu'il soit de Toulouse, de Castelnaudary, de Carcassonne, de Narbonne, de... n'importe quel coin du Languedoc gourmand. Mais surtout il y faut de la graisse d'oie et du confit d'oie, et des haricots blancs de Mazère ou de Lavelanet, des « mounjettos » comme disent les gens du Comminges qui ont fondé l'ordre des « Tastos Mounjettos ». Le cassoulet comme beaucoup de plats de tradition est bon réchauffé. (N. du P.).



Oreilles dressées, un porcelet contemple avec curiosité le spectacle qui se déroule à proximité de cette ferme alsacienne. Convenablement nourris, ce petit cochon et ses frères fourniront les jambons fumés et les saucisses qui garniront les choucroutes.



Cette charcuterie alsacienne offre à sa clientèle des viandes préparées : du porc, du veau, du bœuf et des saucisses à l'ail, des pâtés maison et des viandes cuites. Ce commerce est particulièrement actif le lundi, jour de fermeture des boucheries.

leur sens de l'économie et du rationnel. Trop nombreux sont ceux qui estiment qu'il s'agit de morceaux économiques, dont il faut tirer le meilleur usage gastronomique possible lorsque la paye se fait attendre. Cependant, en France, ces morceaux inspirent le même respect que les parties dites nobles des animaux de boucherie. En réalité, le Français se délecte de certains abats, qui ailleurs connaîtraient la disgrâce d'être jetés comme déchets plutôt que de figurer à l'étal d'une boucherie.

Certes, pour s'intéresser à ces bas morceaux qu'elles ont si longtemps dédaignés, certaines ménagères étrangères devront faire preuve d'audace. Cuits correctement, les rognons ne sont ni coriaces, ni offensants pour l'odorat. Les ris de veau ou d'agneau, les cervelles auront une certaine consistance et non pas cette mollesse qui nous rappellerait nos propres organes, ou la masse de nos circonvolutions cérébrales. Le foie n'est pas qu'un simple remède contre l'anémie. Disons aussi qu'il est diverses manières de préparer les tripes; lorsqu'elles sont à la mode de Caen, pour les savourer il n'est pas besoin de se rappeler qu'il s'agit de la panse d'un bœuf !

Douze heures au feu... Et pas de regrets !

Pour se convaincre de ces vérités, le mieux est encore d'essayer soi-même ces divers abats. Évidemment, une cuisinière ayant le souci de l'économie froncera les sourcils à l'idée qu'il lui faut faire cuire les tripes

à la mode de Caen pendant douze heures et jeter tous les ingrédients, pour ne conserver que les tripes elles-mêmes et leur jus. Cependant, quand paraît sur la table un plat de tripes à la mode de Caen, servi bouillant, lorsqu'on a empli une assiette à soupe préalablement chauffée de ce mets délicieux, accompagné de croûtons de pain dorés, on peut considérer comme bannie à jamais cette désastreuse évocation de la panse de bœuf (*).

De même que la chair du gibier, toujours plus filandreuse, plus coriace et forte que celle des volailles domestiques, les abats sont des morceaux auxquels il faut appliquer des recettes spéciales et bien déterminées, qui exigent une préparation plus complexe *(page 140)* que le poulet destiné au four et le bifteck au gril.

Les membres de la famille qui auront su se débarrasser des idées préconçues constateront que les recettes mises au point par les ménagères françaises au cours des siècles leur offrent d'extraordinaires enchantements gastronomiques. Pour la plupart, ces recettes provinciales établissent une véritable harmonie entre les désirs du palais de chaque convive et les possibilités des produits du cru. Ici, le beurre et la crème abondent, là, on trouve de la graisse de porc ou d'oie, ailleurs de l'huile d'olive. Telle région dispose dans ses montagnes de fines herbes sauvages et de vins corsés, telle autre de poireaux, de carottes et de bon cidre; c'est en goûtant aux mets qu'on juge de leur excellence.

Sur la carte de vœux ou au menu ?

Il existe une autre idée préconçue, d'ailleurs aisée à corriger, qui consiste à dédaigner le lapin de clapier. D'aucuns trouvent cet animal charmant sur une carte de vœux, mais estiment que c'est faire insulte au poulet que de lui substituer un lapin dans une casserole quelconque. En France, à la campagne, il n'est guère de famille, si pauvre soit-elle, qui n'entretienne une féconde lapine au fond d'un clapier bien tenu. Souvent on voit l'ouvrier qui, en rentrant de son travail, saute à bas de sa bicyclette et ramasse au bord du fossé quelques poignées d'herbes particulièrement succulentes; cette cueillette est destinée aux braves lapins qui fourniront tant de bons repas à la famille.

Évidemment, il y a mille façons de préparer le lapin, qui dépendent d'ailleurs des produits complémentaires dont on dispose. En Picardie, l'accompagnement comprendra parfois des baies de genièvre écrasées et des champignons. Plus au sud, on glissera dans la marmite des prunes et des grains de raisin. En Provence, au lieu de beurre on se servira d'huile d'olive pour faire sauter le lapin préalablement découpé en morceaux, et on le fera mijoter avec de l'ail, des oignons, du thym, des tomates et du vin blanc.

Le meilleur moyen d'acquérir de bons lapins consiste probablement, comme nous l'avons déjà dit à propos du poulet, à connaître personnellement un fermier, qui élève ses bêtes avec un soin particulier. Cuisiné avec attention et respect, le lapin fournira un mets exquis, qui abolira toute prévention et prouvera, dès la première bouchée, qu'une fois de plus les 50 millions de Français voient juste.

(*) - Mais qui cuit soi-même ses tripes, en ville ? Fort heureusement, il existe d'excellentes tripes en terrine chez les tripiers. Et il ne vient à personne l'idée d'y ajouter des croûtons dorés mais bien plutôt des pommes à l'anglaise. Et si les tripes à la mode de Caen sont excellentes, il ne faut pas oublier les tripes fertoises, le gras-double niçois, les pieds et paquets de Marseille, les tripoux d'Auvergne et le tablier de sapeur lyonnais. (N. du P.).

Désormais, plus de mystère !

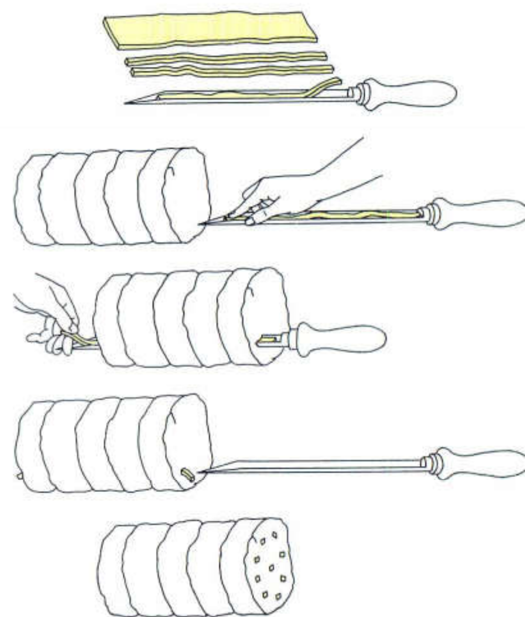
Pour les Anglo-Saxons, la manière dont les Français préparent les viandes revêt un côté mystérieux. Ce fait provient de questions de langage. En envahissant l'Angleterre, les Normands introduisirent certains noms, le bœuf, le porc, le mouton, le veau qui, à de légères déformations près, furent adoptés par les Anglais.

En dépit de ces similitudes, l'interpénétration n'a pas été complète. Les Français ont forgé des désignations spéciales pour les diverses parties d'un même morceau. Un morceau de filet de bœuf peut prendre plusieurs noms ; coupé dans sa partie la plus large et épais de 4 à 5 cm, il devient Chateaubriand (l'origine de cette appellation est sujette à caution; certains avancent que ce plat aurait été inventé par le cuisinier du célèbre écrivain). Épais de 2 cm à peine, il s'agit d'un morceau de filet alors que, coupé dans la queue, il se dénomme tournedos, ou médaillon; le filet mignon, un morceau particulièrement tendre, se découpe dans l'extrémité de la queue du filet.

En France, les bouchers ont une façon spéciale de découper la viande. Ailleurs, il arrive qu'ils coupent perpendiculairement au sens des fibres, sans désosser, alors que les Français suivent le sens de ces fibres musculaires, pour obtenir des morceaux à rôtir. En France, le gros bétail se nourrit surtout d'herbes et le bœuf, même le fameux Charolais blanc, est plutôt maigre (*). Le fait de larder un rôti (selon le processus indiqué à droite) relève donc de la nécessité.

Dans les petites fermes, les veaux ne se nourrissent que de lait pendant près de trois mois. Ainsi, on obtient une viande particulièrement tendre et blanche. Les Français mangent pratiquement autant de porc que de bœuf; il est cuisiné de cent manières différentes. Dans toute ville, la charcuterie constitue un marché très actif. La viande d'agneau est recherchée, surtout lorsqu'il s'agit d'agnelets de Pauillac, de 6 à 8 semaines, et qui ne pèsent pas plus de 7 à 8 kg sur pied. De tels animaux permettent de préparer des « barons », un ensemble comprenant la selle et les deux gigots, mais cuits d'une seule pièce. Le mouton, il s'agit alors d'un animal de plus d'un an, jouit aussi d'une grande faveur.

Certes, les qualités d'un animal de boucherie et la façon dont on le découpe ont leur importance, mais ces données qui diffèrent d'un pays à l'autre n'empêchent pas la cuisine de demeurer internationale. Les recettes contenues dans cet ouvrage tiennent compte de ces différences et les ménagères s'apercevront qu'elles s'adaptent aux conditions locales. Certaines techniques leur paraîtront singulières et quelques noms leur écorcheront la langue, mais le plat aura une saveur caractéristique du goût français.



Il s'agit là d'une technique utilisée en France pour enrichir les rôtis trop maigres. On commence par découper des morceaux de gras de porc en filets et en lardons *(ci-dessus)*. Grâce à une lardoire, ou aiguille à larder, on transperce le rôti, ce qui permet, en retirant l'aiguille, de garnir la viande de lardons. Leur nombre est fonction de la dimension du rôti et de la façon dont il a été découpé.

(*) - Ils le sont peut-être si on les compare à des bœufs étrangers élevés à la chaîne. Le Charolais est persillé et il est très rare aujourd'hui qu'on larde un rôti (tout au plus le barde-t-on si on le cuit à la broche et pour éviter qu'il ne brûle extérieurement). On peut dire aussi que les bouchers ne découpent point le bœuf de la même façon dans les grandes villes et à la campagne. Bien plus qu'avec le filet ou le faux-filet dont tous les morceaux sont, pour la ménagère, un bifteck, c'est dans les autres morceaux qu'elle se perd : hampe, bavette, araignée, onglet, etc.

Le cuisinier de Chateaubriand se nommait Montmireil. Mais on écrit aussi quelquefois Châteaubriant, du nom de la ville bretonne où les bœufs sont renommés. (N. du P.).

CHAPITRE IX - RECETTES

Le bœuf en daube, : une spécialité française qu'il est bon de connaître

Le bœuf en daube, un procédé qui consiste à cuire la viande au four, à l'étouffée, dans son propre jus, allongé de bouillon ou de vin, relève d'une technique que toutes les cuisinières ont intérêt à acquérir. Parce que lente, la cuisson attendrit la viande, avantage précieux dans le cas des bovins élevés en pacage, et elle permet aussi à la maîtresse de maison de tirer parti d'un morceau de second choix — la culotte, par exemple — et de présenter un plat digne d'impressionner n'importe quel convive.

Le bœuf à la mode, décrit dans les pages qui suivent, constitue un parfait exemple de cette technique. Ce plat peut se servir chaud *(ci-dessous)*, mais également froid *(ci-dessous, à droite)*, ce qui permet une élégante utilisation des restes.

Le bœuf à la mode en gelée *(voir page opposée)* relève d'un autre perfectionnement, inventé par les Français pour améliorer cette technique; le glaçage des légumes et des restes de viande, leur présentation en aspic, métamorphosent un repas bien ordinaire en menu de fête. Préparer un aspic n'a rien de difficile et, une fois cette technique bien assimilée, il vous sera facile de préparer de nombreux plats de choix.

Un bœuf à la mode servi chaud est présenté sur un plat, comme un rôti, c'est-à-dire nappé du jus dans lequel il a cuit. Les carottes, les oignons, qui ont été cuits en même temps que la viande, forment la garniture. Une saucière contient un peu de jus de viande qu'on a fait épaissir.





Les légumes employés comme garniture sont glacés avec une gelée, refroidie au point de devenir presque solide.



Pour maintenir la gelée à la température appropriée, se servir d'un large récipient, contenant de la glace sur laquelle on pose le poêlon.



La gelée peut être comprimée dans une poche à pâtisserie, dont la large ouverture permet d'obtenir des filets décoratifs.



On peut aussi refroidir davantage la gelée dans un plat moins creux, de façon à la découper ensuite en losanges ou en carrés.

La présentation d'un bœuf à la mode en gelée peut être au choix très simple ou très décorative. Sur cette illustration, le bœuf est orné de carottes en étoile et les légumes, glacés au préalable, sont disposés tout autour. Des motifs en gelée rehaussent l'ornementation du plat.

Pour 10 à 12 personnes

LE BŒUF
1 cuillerée à soupe de sel
1 cuillerée à café de poivre noir
2,500 kg de bœuf, paleron ou gîte à la noix, désossé, ficelé (morceau de 13 cm minimum de diamètre)

LA MARINADE
3 verres de vin rouge
3/4 de tasse de carottes émincées
1 tasse d'oignons émincés
1 cuillerée à café d'ail haché
2 feuilles de laurier haché
2 cuillerées à soupe de persil ciselé
1 cuillerée à café de thym sec

LES OIGNONS ET LES CAROTTES A BRUN
250 g de lard gras coupé en dés
20 à 24 petits oignons nouveaux épluchés
6 à 8 carottes coupées en rouelles

LE BOUILLON A BRAISER
4 cuillerées à soupe de beurre
1/3 de verre de cognac
2 pieds de veau
2 tomates épluchées, épépinées et coupées en morceaux
Bouquet garni fait avec : 6 branches de persil, 1 feuille de laurier, le blanc d'un poireau attachés ensemble
3 tasses de bouillon de bœuf
Sel
Poivre noir
1/2 tasse de persil ciselé

Bœuf à la mode

BŒUF MARINÉ : Salez, poivrez le morceau de bœuf. Dans un grand plat en verre ou en porcelaine, mélangez les ingrédients de la marinade. Ajoutez le morceau de bœuf et retournez-le plusieurs fois afin qu'il soit bien imprégné de la marinade. Laissez mariner 6 heures dans un endroit tempéré, 12 à 24 heures dans le réfrigérateur.

LES OIGNONS ET LES CAROTTES A BRUN : Chauffez le four à 180°. Dans une poêle de 26 à 28 cm, faites rissoler le lard gras à feu doux, jusqu'à ce qu'il soit bien doré. Égouttez-le dans un plat à part. Dans la même poêle, mettez les oignons et les carottes, faites-les dorer à feu vif en secouant la poêle. Mettez-les dans un grand plat allant au four, avec 3 cuillerées de graisse de cuisson qui reste dans la poêle. Mettez dans le four sans couvercle. Retournez et arrosez de temps en temps avec le jus de cuisson. Laissez cuire 30 minutes. Retirez du four, arrosez encore avec le jus de cuisson et mettez les légumes cuits à part.

LE BOUILLON A BRAISER : Lorsque les légumes sont cuits, retirez le morceau de bœuf de la marinade. Essorez-le dans des serviettes en papier. Passez la marinade au chinois et réservez-la dans un bol. Réchauffez la graisse contenue dans la poêle, faites-y rissoler le morceau de bœuf jusqu'à ce que toutes les faces soient bien dorées. D'autre part, faites chauffer le beurre dans une marmite de 8 litres. Ajoutez-y les légumes de la marinade. Faites cuire à feu doux jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés, en les retournant de temps en temps. Laissez évaporer le liquide. Lorsque le morceau de bœuf est bien doré, retirez-le, dégraissez la cuisson.

L'opération suivante est le flambage du bœuf. Le flambage le plus simple est d'enflammer le bœuf directement dans la casserole avec le cognac. Mais le plus sûr est de chauffer le cognac dans une petite casserole à feu doux. Allumez, versez le cognac enflammé sur le bœuf en remuant la casserole jusqu'à ce que la flamme s'éteigne. Mettez le bœuf dans la marmite. Disposez autour les morceaux concassés de pieds de veau, les tomates, les lardons et le bouquet garni.

Versez la marinade réservée dans la poêle, mettez à feu vif. Mélangez en frottant le fond de la poêle pour en détacher les morceaux qui y adhèrent. Faites bouillir 1 à 2 minutes. Mettez le tout dans la marmite. Le liquide doit arriver à mi-hauteur du bœuf, si c'est nécessaire, ajoutez un peu de bouillon ou d'eau. Mettez à feu vif, couvrez et placez dans le milieu du four. Réglez la température du four afin que le bœuf cuise doucement. Retournez-le et arrosez-le deux ou trois fois avec le jus de cuisson. Au bout de 4 heures, la viande sera cuite. Piquez-la avec l'extrémité d'un petit couteau pointu, pour vous en assurer.

Dressez le bœuf cuit sur un plat. Retirez les os et le bouquet garni, passez la sauce au chinois très fin en pressant fortement les légumes. Versez dans une casserole de 4 à 6 litres, laissez reposer quelques minutes et dégraissez. Enlevez le plus possible de graisse à la surface. Faites réduire la sauce à feu vif jusqu'à ce qu'il n'en reste que 3 à 4 verres. Goûtez, assaisonnez avec sel et poivre. Mettez à nouveau la viande et le jus dans la marmite, ajoutez les oignons et les carottes cuites. Laissez mijoter doucement à feu moyen. Retirez la ficelle, dressez sur un grand plat chaud, arrangez les carottes et les oignons autour du bœuf. Arrosez le tout avec un peu de jus. Servez le reste en saucière.

N. du P. : On peut remplacer le cognac par de l'armagnac.

On peut tripler la quantité de carottes, surtout en saison si on utilise des petites carottes « grelot ». De ce fait, inutile de servir le bœuf avec une autre garniture.

BŒUF A LA MODE EN GELÉE : Préparez la recette du bœuf à la mode. Laissez refroidir le bœuf dans le jus de cuisson pendant une heure en retournant de temps en temps. Dressez-le sur un plat dans un endroit tempéré, nappez et mettez dans le réfrigérateur. Passez le jus au chinois, laissez reposer, couvrez et mettez dans le réfrigérateur. De la même façon, couvrez les oignons et les carottes, mettez dans le réfrigérateur.

Lorsque le jus est légèrement refroidi, retirez la graisse qui se forme à la surface. Réchauffez le jus dans une casserole de 3 à 4 litres, à feu doux, ajoutez le bouillon. Faites ramollir la gélatine dans une tasse de fond de veau, versez dans le jus. Ajoutez-y les blancs d'œufs bien battus, le jus de citron, le thym, la feuille de laurier, les grains de poivre et du sel. Portez à ébullition à feu doux en mélangeant sans arrêt. Lorsque l'appareil commence à monter et mousser, retirez la casserole du feu. Laissez reposer 5 minutes. Passez au chinois fin, placez sur un linge mouillé et mettez dans un récipient profond. Quand il est devenu un peu ferme, ajoutez le madère. Goûtez, assaisonnez avec un peu de sel si c'est nécessaire. Posez une fine couche de gelée (environ 3 mm d'épaisseur) au fond du plat de service et mettez dans le réfrigérateur jusqu'à ce qu'elle devienne bien ferme. Découpez le morceau de bœuf froid en tranches de 6 mm d'épaisseur, arrangez-les avec les oignons et les carottes sur le plat de service. Chauffez 3/4 de tasse de gelée dans une petite casserole jusqu'à ce qu'elle soit juste ramollie. Versez dans un moule à aspic chemisé avec la gelée, placez ce moule dans un autre plus grand contenant de la glace. Mélangez doucement la gelée avec une cuiller jusqu'à ce que la gelée soit presque prise. Nappez une fine couche de gelée sur les tranches de bœuf et les légumes. Laissez glacer. Répétez cette opération encore deux fois pour obtenir trois couches de gelée — en ramollissant et en refroidissant chaque fois si c'est nécessaire. Laissez dans le réfrigérateur jusqu'à ce qu'il prenne en parfaite gelée.

Pendant ce temps, faites ramollir le restant de la gelée pour obtenir une feuille de 6 mm d'épaisseur, gelez.

Lorsque tout l'aspic est bien gelé, retirez la feuille de gelée, coupez-la en dés réguliers. Arrangez-les sur le bœuf en aspic. Coupez quelques morceaux de gelée en brunoise (dés minuscules) et garnissez le plat à votre goût. Vous pouvez également décorer à l'aide d'une poche à douille. Remplissez la poche avec la gelée émincée, pressez-la en médaillon sur le bœuf.

BŒUF A LA MODE EN GELÉE
- 2 à 4 verres de bouillon
- 30 g de gélatine en feuilles
- 3 blancs d'œufs
- 1/2 cuillerée à café de jus de citron
- 1/2 cuillerée à café de thym sec
- 1/2 feuille de laurier
- 10 grains de poivre
- 1 cuillerée à café de sel
- 1/2 verre de madère sec

Les abats

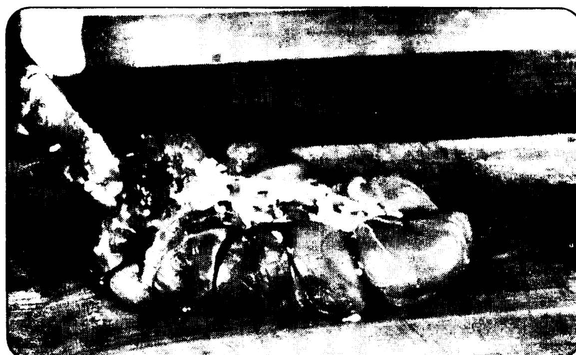
Parmi les abats, il faut mentionner les tripes, la cervelle, les ris de veau et les rognons. Exquis s'ils sont bien préparés et relativement peu coûteux, ces morceaux exigent un nettoyage soigneux.



PRÉPARÉES, les tripes se présentent sous forme d'un bloc, qui peut être découpé au couteau. Le gras-double non cuit a la forme de bandes, prêtes à être mises à la casserole.



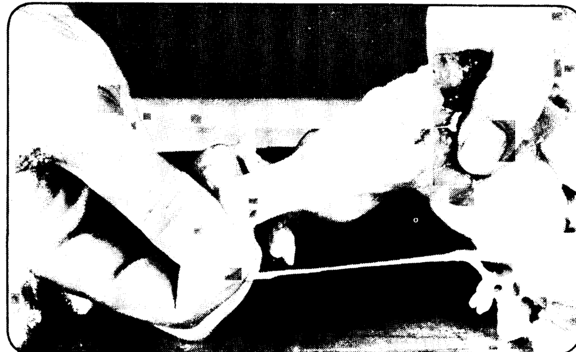
LES ROGNONS non parés sont toujours enrobés d'une couche de graisse, que l'on pèlera latéralement et que l'on jettera *(à gauche)*.



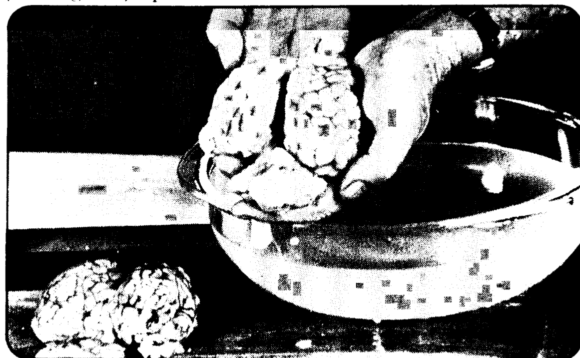
A la partie inférieure d'un rognon *(voir photo de droite)*, on découvrira une poche graisseuse, qu'il faudra également ôter.



LES RIS DE VEAU doivent être d'abord trempés à l'eau froide, puis avec un couteau on enlèvera le conduit *(centre gauche)* qui relie les deux lobes.



Dernière opération, on ôtera délicatement la pellicule qui recouvre cet abat *(à droite)*.



LES CERVELLES doivent être traitées avec précaution. Les faire tremper pendant trois heures dans de l'eau froide, en renouvelant plusieurs fois l'eau. La dernière fois,



ajouter à l'eau un peu de vinaigre *(à gauche)*. Puis retirer dans toute la mesure du possible la membrane (sans déchiqueter la cervelle) *(à droite)*.

Rognons à la casserole

Pour 4 à 6 personnes

10 cuillerées à soupe de beurre
3 à 4 rognons de veau ou 12 rognons d'agneau, épluchés, parés (dégraissés)
2 cuillerées à soupe d'échalotes finement hachées
3/4 de verre de vin blanc sec
2 cuillerées à soupe de moutarde de Dijon
1/2 cuillerée à café de sel
Poivre noir
2 cuillerées à café de jus de citron
3 cuillerées à soupe de persil ciselé

Chauffez 6 cuillerées à soupe de beurre dans une casserole basse, à feu moyen. Mettez les rognons, faites-les sauter sans couvrir, en les retournant de temps en temps jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés (10 minutes pour les rognons de veau et 4 à 5 minutes pour ceux d'agneau). Avec une fourchette, mettez-les dans un plat chaud, couvrez légèrement pour les conserver au chaud.

Mettez les échalotes dans la casserole avec la cuisson des rognons, faites-les cuire 1 minute en mélangeant. Ajoutez le vin blanc, mélangez. Portez à ébullition, mélangez toujours en frottant bien le fond de la casserole afin d'en détacher ce qui pourrait y adhérer. Faites réduire jusqu'à ce que vous ayez 1/4 de verre. Retirez la casserole du feu. Réduisez en pommade le restant de beurre (4 cuillerées à soupe), ajoutez-y la moutarde, salez, poivrez. Incorporez ce mélange dans la casserole, hors du feu.

Coupez rapidement les rognons en tranches dans le sens de la largeur sur 3 mm environ d'épaisseur. Mettez-les dans la casserole, ajoutez le jus de citron et le persil et chauffez 1 à 2 minutes à feu doux. Servez aussitôt.

Ris de veau ou Cervelles au beurre noir

Pour 6 personnes

700 g de ris de veau ou cervelles
Eau
Vinaigre
Sel
Jus de citron
15 cuillerées à soupe de beurre (environ 250 g)
1/4 de verre de vinaigre de vin
Poivre noir
Farine
3 cuillerées à soupe de beurre
1 cuillerée à soupe d'huile d'arachide
2 cuillerées à soupe de persil ciselé

Laissez tremper les ris de veau dans l'eau froide pendant 2 heures, en changeant l'eau de temps en temps; puis mettez-les tremper encore une heure dans 1 litre 1/2 d'eau additionnée d'une cuillerée à soupe de vinaigre. Retirez la mince pellicule qui recouvre les ris, sans abîmer la chair. Avec un petit couteau, retirez toutes les peaux, membranes et la gorge. Parez les cervelles, détachez la pellicule opaque qui les recouvre. Mettez les ris de veau ou les cervelles dans une grande casserole avec de l'eau en quantité suffisante afin qu'ils soient immergés sous 5 cm d'eau, ajoutez le sel et du jus de citron. Faites frissonner 15 à 20 minutes. Disposez-les ensuite sur un linge ou des serviettes en papier pour les éponger.

Clarifiez 12 cuillerées à soupe de beurre dans une petite casserole ou dans une poêle. Faites-le fondre doucement en écumant. Versez le beurre clarifié dans une autre casserole et jetez le dépôt qui s'est formé dans le fond. Dans la casserole où vous avez clarifié le beurre, mettez 1/5 de verre de vinaigre, faites bouillir à feu vif et laissez réduire afin qu'il n'en reste qu'une cuillerée à soupe. Faites chauffer le beurre clarifié à feu moyen, ajoutez la réduction de vinaigre. Goûtez, assaisonnez avec sel et poivre.

Si les ris de veau ou les cervelles se servent entiers, mettez-les dans le beurre clarifié et réchauffez-les. S'ils sont coupés en tranches et sautés, servez le beurre à part. Roulez alors les tranches dans la farine, secouez-les pour faire tomber l'excès de farine. Dans une poêle, faites chauffer du beurre (3 cuillerées à soupe) à feu moyen, dans lequel vous faites sauter les tranches de ris de veau ou de cervelles, 3 à 4 minutes sur chaque face, jusqu'à ce qu'elles soient légèrement dorées. Disposez-les sur un plat chaud. Réchauffez le beurre clarifié, versez-le par dessus. Parsemez de persil ciselé. Servez aussitôt.

N. du P. : Le beurre noir, c'est-à-dire le beurre brûlé, est un poison. Il faudrait dire « beurre noisette » car il convient, en effet, d'arrêter la cuisson avant la formation de cette acroléine malfaisante qui se dégage du beurre brûlant.

Le ris de veau au beurre noisette n'est pas un grand plat et il est de meilleures façons de l'accommoder. De toute façon, il faut, après le dégorgeage, le tenir dans un linge et sous un poids assez lourd pour en briser les fibres.

La cervelle au beurre noisette est excellente. On ajoutera au beurre des câpres ou des graines de capucines confites et, au dernier moment, une cuillerée de vinaigre de vin.

Pour 6 personnes

6 tranches de foie de veau de 1,5 cm environ d'épaisseur (environ 700 g)
Sel
Poivre
Farine
5 cuillerées à soupe de beurre
2 cuillerées à soupe d'huile d'arachide
1/2 verre de bouillon
Jus de citron
2 cuillerées à soupe de persil ciselé

Foie de veau sauté

Salez, poivrez les tranches de foie de veau. Passez-les dans la farine et secouez-les pour faire tomber l'excédent de farine. Faites chauffez 4 cuillerées à soupe de beurre et l'huile dans une poêle de 28 cm à feu vif. Placez les tranches de foie de veau, faites-les sauter 2 à 3 minutes sur chaque face puis égouttez-les sur un plat chaud. Couvrez pour conserver la chaleur.

Dégraissez rapidement le jus de cuisson, ajoutez le bouillon, faites bouillir à feu vif en mélangeant afin de détacher les sucs de viande qui adhèrent au fond de la poêle.

Prolongez la cuisson de la sauce jusqu'à ce qu'elle soit réduite à 1/4 de verre. Retirez la poêle du feu, ajoutez une cuillerée à soupe de beurre dans la sauce et un peu de jus de citron. Mélangez et versez sur les tranches de foie de veau. Parsemez de persil ciselé. Servez aussitôt.

Pour 8 à 10 personnes

2,500 kg de tripes préparées pour être cuites c'est-à-dire déjà blanchies
4 pieds de veau désossés, coupés en deux et parés, prêts à cuire et 8 couennes de lard salé de 7 cm chacune
3 oignons épluchés, coupés en deux
3 carottes épluchées, coupées en bâtonnets
4 poireaux, tout le blanc plus 5 cm de vert ou 2 oignons coupés en deux
Bouquet garni fait avec :
6 branches de persil
2 feuilles de laurier
5 gousses d'ail épluchées
1 cuillerée à café de thym sec
15 grains de poivre
le tout enveloppé dans un linge fin
1 cuillerée 1/2 à soupe de sel
3 verres de vin blanc sec
3 verres de bouillon de volaille
1 verre 1/2 de calvados
130 g de gras de bœuf coupé en bardes de 3 mm d'épaisseur

Tripes à la mode de Caen

Coupez les tripes en morceaux carrés de 4 cm. Nettoyez-les dans un grand récipient, sous l'eau courante jusqu'à ce que l'eau soit claire. Égouttez-les dans un tamis. Pendant ce temps, faites blanchir les pieds de veau et les couennes dans une grande casserole ou une marmite remplie d'eau froide. Portez à ébullition à feu vif et laissez bouillir 2 minutes. Égouttez-les dans une passoire et passez sous l'eau courante.

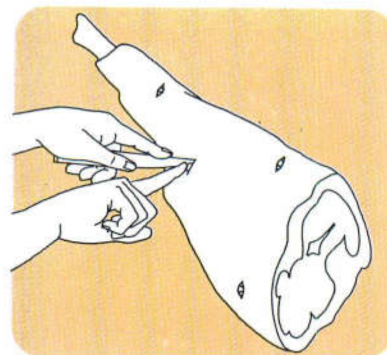
Faites chauffer le four à 120°. Dans une cocotte de 8 à 10 litres, mettez les oignons, les carottes, les poireaux et le bouquet garni puis par dessus les tripes. Salez. Mettez les pieds de veau. Mouillez avec le vin, le bouillon et le calvados (le cidre utilisé à la place du vin est une tradition de Caen. Vous pouvez employer du cidre sec, mais pas du jus de pomme ni du cidre doux.)

Ajoutez encore un peu de bouillon ou d'eau si c'est nécessaire. Posez par dessus les bardes de gras de bœuf. Couvrez la cocotte avec une double feuille de papier aluminium et mettez par dessus le couvercle. Faites mijoter à feu vif, placez la cocotte dans une grande casserole ou un grand plat allant au four, afin que le jus de cuisson qui monte à la surface puisse s'y écouler. Disposez au milieu du four, laissez cuire 12 heures au moins — 16 heures si vous préférez.

Lorsque les tripes sont cuites, retirez la cocotte du four, enlevez le papier aluminium. Mettez de côté les pieds de veau, les légumes et le bouquet garni. Passez au chinois fin le jus et tous les autres ingrédients. Quand les tripes sont égouttées, mettez-les dans une casserole de 8 à 10 litres. Laissez reposer le jus de cuisson, dégraissez-le. Rectifiez l'assaisonnement, versez sur les tripes. Faites mijoter à feu vif. Retirez du feu et servez aussitôt. Il est très important de les servir dans un plat chaud, car le jus de cuisson épais et gélatineux se fige si le plat est froid.

N. du P. : Accompagnement classique de pommes à l'anglaise.

Gigot d'agneau rôti



Pratiquer des incisions dans le gigot de mouton pour insérer des gousses d'ail.

Chauffez le four à 260°. Faites 6 à 8 incisions de 6 mm sur les côtés parcheminés du gigot d'agneau, piquez un morceau d'ail dans chaque incision. Avec un pinceau, enduisez le gigot d'huile, salez. Dans un plat en terre profond, mettez le gigot côté parcheminé du côté du gril. Faites rôtir 20 minutes au milieu du four, sans couvrir. Baissez le four à 190°. Mettez les légumes autour du gigot et continuez la cuisson pendant 40 à 60 minutes ou jusqu'à ce que le gigot soit cuit à votre goût. Dressez le gigot dans un plat chaud, laissez reposer 10 minutes avant de le découper.

Pendant ce temps, dégraissez le jus de cuisson, ajoutez le bouillon et les légumes et faites cuire sur feu vif 4 à 5 minutes en grattant les petits morceaux dorés qui adhèrent au fond du plat. Lorsqu'il est bouilli selon votre goût, passez au chinois en pressant fortement les légumes. Versez dans une casserole, dégraissez à nouveau, goûtez, assaisonnez avec jus de citron, sel et poivre. Réchauffez la sauce. Servez avec le gigot d'agneau.

N. du P. : On peut simplement frotter d'ail la peau extérieure du gigot. C'est même à mon goût meilleur ainsi. Il faut que l'ail ne soit, selon l'expression de Curnonsky, qu'une « caresse ». L'auteur ne parle pas d'accompagnement mais les haricots panachés, les purées (de pommes de terre, de lentilles, de pois cassés, de haricots, d'oignons, etc.) sont ici « en situation ».

Pour 6 à 8 personnes

1 gigot d'agneau de 2,200 kg à 2,400 kg paré (graisse retirée en laissant la fine peau parcheminée qui couvre la viande)
1 gousse d'ail émincée
2 cuillerées à soupe d'huile d'arachide
2 cuillerées à soupe de sel
2 oignons émincés
2 carottes émincées
1 verre 1/2 de fond de volaille ou de viande
1/2 cuillerée à café de jus de citron (facultatif)
Sel
Poivre noir

Sauté de lapin au vin blanc

Nettoyez le lapin sous l'eau courante et essorez-le. Dans un plat à feu ou une casserole, mettez 1/2 verre de vin blanc, le vinaigre, l'huile d'olive, les oignons, le thym, le bouquet garni, salez, poivrez. Faites mariner le lapin 6 heures dans un endroit tempéré, 12 à 24 heures dans le réfrigérateur. Retournez les morceaux de lapin de temps en temps.

Faites blanchir le lard avec 2 verres d'eau pendant 5 minutes; égouttez-le et épongez-le dans des serviettes en papier, coupez-le en dés. Chauffez 1 cuillerée de beurre dans une poêle, à feu doux. Ajoutez les lardons, faites-les rissoler jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Retirez du feu, mettez de côté. Dégraissez le jus de cuisson, mettez la graisse de côté dans un bol. Faites dorer les oignons dans la même poêle et mettez-les ensuite dans le bol.

Retirez le lapin de la marinade, essorez les morceaux dans des serviettes en papier. Mettez de côté la marinade. Faites rissoler les morceaux de lapin dans la poêle, si c'est nécessaire ajoutez un peu de gras, celui contenu dans le bol. Égouttez les morceaux de lapin, mettez-les dans une casserole de 3 à 5 litres. Dégraissez la cuisson contenue dans la poêle puis ajoutez-y les échalotes et l'ail. Faites cuire en mélangeant 2 minutes, ajoutez la farine, mélangez le tout en laissant cuire à feu doux 1 minute. Hors du feu, mouillez avec le reste de vin blanc (1/2 verre) et le fond. Faites cuire à feu doux en mélangeant sans arrêt, jusqu'à ce que la sauce soit épaisse. Versez-la sur les morceaux de lapin, ajoutez le bouquet garni, la marinade et les lardons rissolés.

Portez à ébullition à feu vif, couvrez la cocotte et mettez le tout dans le four, pendant 40 minutes. Ajoutez soigneusement les oignons et laissez cuire encore 20 minutes. Juste avant de servir, arrosez avec une cuillerée à soupe de vinaigre, rectifiez l'assaisonnement. Servez directement dans la casserole ou le plat à feu.

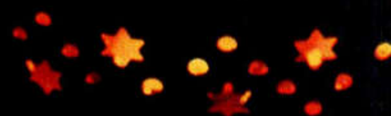
N. du P. : On pourra augmenter la quantité de vin et diminuer celle du fond de viande (ou remplacer celui-ci par de l'eau).

Il est à noter (de même que dans les recettes de volailles) que l'auteur passe à l'eau courante ses perdreaux, son poulet, son lapin. On peut aussi bien les essuyer avec un linge propre.

Pour 4 à 6 personnes

1 lapin de 1,200 kg à 1,300 kg, coupé en morceaux
1 verre de vin blanc sec
1/4 de verre d'huile d'olive
1 cuillerée à soupe de vinaigre de vin
1 oignon émincé
1/2 cuillerée à café de thym sec
1 feuille de laurier hachée
2 cuillerées à café de persil ciselé
1/2 cuillerée à café de sel
Poivre noir
120 g de lard maigre
2 verres d'eau
1 cuillerée à soupe de beurre
12 à 16 petits oignons nouveaux
3 cuillerées à soupe d'échalotes hachées
1/2 cuillerée à café d'ail haché
2 cuillerées à soupe de farine
1 verre 1/2 de fond de viande
Bouquet garni fait avec :
4 branches de persil et 1 feuille de laurier attachées ensemble








Les illustrations de ces deux pages présentent les cinq principaux abats : en premier lieu, des rognons, en l'occurrence accompagnés de champignons et de sauce moutarde *(au centre)*. Rangés dans le sens des aiguilles d'une montre, on trouvera successivement de la cervelle au beurre noir; des tripes présentées dans un plat creux; des ris de veau au beurre noir; du foie de veau sauté, servi sur un chauffe-plat, avec un accompagnement de tomates naines et de petits pois; comme on le voit ici à gauche, les tripes et le foie sont prêts à être servis. Les autres abats sont généralement coupés en tranches et cuits davantage avant d'être servis *(page 141)*.

Ces divers abats se prêtent à la cuisson sur de simples réchauds et s'accommodent particulièrement d'être servis sur un chauffe-plat. On aura soin de veiller à ce que la chaleur régulière dégagée par le brûleur du réchaud ne dessèche pas ces plats.

Entrecôte marchand de vin

Pour 6 personnes

SAUCE MARCHAND DE VIN
14 cuillerées à soupe de beurre
1/2 tasse d'échalotes finement hachées
1 verre 1/2 de vin rouge
1/2 feuille de laurier
1/4 de cuillerée à café de thym sec
4 branches de persil
2 cuillerées à café de glace de viande délayée avec 2 cuillerées à soupe d'eau chaude
1 cuillerée à soupe de jus de citron
1 cuillerée à café de farine
2 cuillerées à soupe de persil ciselé

VIANDE
1 entrecôte de 1,400 kg à 1,600 kg, de 2,5 cm à 3,5 cm d'épaisseur, parée
1 cuillerée à soupe de beurre
2 cuillerées à soupe d'huile d'arachide
Sel
Poivre noir

SAUCE MARCHAND DE VIN : Faites chauffer 2 cuillerées à soupe de beurre dans une casserole de 2 à 3 litres, en fonte émaillée, sur feu moyen. Lorsque le beurre est fondu, ajoutez les échalotes, mélangez sans arrêt, laissez cuire 2 minutes sans faire colorer. Mouillez avec le vin, ajoutez la feuille de laurier, le thym et les branches de persil. Laissez mijoter à feu doux jusqu'à ce qu'il ne reste que 3/4 de verre de liquide. Comptez environ 10 à 15 minutes. Passez ensuite au chinois fin en pressant fortement les légumes. Mettez le jus recueilli dans la casserole, ajoutez la glace de viande délayée, portez à ébullition. Mettez de côté.

Fouettez 12 cuillerées à soupe de beurre dans un récipient, avec une cuiller en bois, jusqu'à ce qu'il soit en pommade. Ajoutez le jus de citron, la farine et le persil haché en fouettant toujours énergiquement. Mettez de côté.

VIANDE : Pratiquez des incisions sur les deux côtés du morceau de viande, salez, poivrez. Faites fondre le beurre et l'huile dans une poêle de 28 à 30 cm à feu vif. Placez-y la viande, faites-la rissoler 1 à 2 minutes sur chaque face à feu très vif, puis baissez le feu et continuez la cuisson 5 minutes jusqu'à ce qu'elle soit cuite tout en restant saignante à l'intérieur.

Pour s'assurer de la cuisson, tâtez la surface avec l'index, elle doit être souple sans être molle ni ferme, ou bien piquez-la avec un petit couteau pointu et jugez d'après la couleur intérieure. Égouttez dans un plat, mettez de côté.

Versez dans la poêle la réduction de vin. Portez à ébullition à feu vif, mélangez avec une cuiller en bois afin de détacher les sucs de viande attachés au fond de la poêle. Retirez du feu, ajoutez le beurre en pommade par petites quantités.

Coupez la viande en tranches, servez la sauce à part.

N. du P. : On peut remplacer l'entrecôte par du contre-filet ou du romsteck.

Côtes de porc à l'auvergnate

Pour 4 personnes

8 litres 1/2 d'eau
Sel
1,400 kg de chou finement haché (environ 12 tasses)
3 cuillerées à soupe de beurre
1/2 tasse d'oignons finement hachés
1/2 cuillerée à café d'ail finement haché
Poivre noir
8 côtes de porc de 1,8 cm d'épaisseur
3 cuillerées à soupe d'huile
1/2 verre de vin blanc sec
1 tasse de crème double
1 feuille de laurier
4 cuillerées à café de fromage de cantal, mélangé avec 2 cuillerées à café de chapelure

Dans une marmite, faites bouillir l'eau avec 2 cuillerées à soupe de sel. Ajoutez le chou, faites bouillir 5 minutes. Égouttez-le dans un tamis. Dans une casserole de 26 à 28 cm, faites fondre 2 cuillerées à soupe de beurre, à feu moyen. Ajoutez les oignons et l'ail en mélangeant sans arrêt, laissez cuire 3 à 4 minutes jusqu'à ce qu'ils soient souples mais pas bruns. Mélangez le chou, 1/2 cuillerée à café de sel et un peu de poivre, en mélangeant encore, cuisez 5 minutes jusqu'à ce que le liquide soit évaporé. Avec une spatule, mettez le contenu de la poêle dans un récipient, mettez de côté.

Tapotez légèrement les côtes de porc avec un linge ou des serviettes en papier, salez, poivrez. Faites fondre le reste de beurre (une cuillerée à soupe) avec de l'huile, dans la poêle, à feu moyen. Mettez-y les côtes de porc, faites-les rissoler 3 minutes sur chaque face jusqu'à ce qu'elles prennent un ton blond doré. Retirez-les de la poêle avec une fourchette et mettez-les de côté. Dégraissez le jus contenu dans la poêle en laissant le fond de cuisson. Versez-y le vin blanc, mélangez rapidement en frottant le fond de cuisson afin de le détacher de la

poêle, laissez réduire jusqu'à ce qu'il reste 1/4 de verre. Versez ensuite dans le récipient contenant le chou, mélangez. Tapissez le fond d'une marmite ou d'un plat en terre avec 1/3 de chou, soit 10 cm d'épaisseur. Posez dessus 4 côtelettes de porc, disposez une autre couche de chou, les 4 autres côtelettes de porc puis le restant de chou. Le plat doit être bien rempli. Chauffez le four à 180°.

Chauffez la crème double dans une petite casserole à feu moyen jusqu'à ce qu'il se forme des petites bulles. Versez-la ensuite sur le chou et posez au centre la feuille de laurier. Portez à petite ébullition et disposez ensuite le plat dans un autre plus grand afin que le jus de cuisson qui monte à la surface puisse s'écouler dans ce grand plat. Couvrez et mettez au milieu du four, laissez cuire 1 heure 30. Retirez le couvercle et la feuille de laurier. Rectifiez l'assaisonnement. Poudrez de cantal frais émietté avec la chapelure. Mettez à nouveau dans le four 30 minutes jusqu'à ce que la surface soit dorée. Servez directement dans le plat de cuisson.

Côtes de veau à l'ardennaise

Pour 4 personnes

- 5 cuillerées à soupe de beurre
- 1/2 tasse d'oignons finement hachés
- 1/4 de tasse de carottes finement hachées
- 10 baies de genièvre
- 1/2 cuillerée à café de basilic sec
- 1/2 cuillerée à café de sel
- Poivre noir
- 3 cuillerées à soupe d'huile d'arachide
- 4 côtelettes de veau dans le filet, de 4 cm d'épaisseur
- 1 verre de vin blanc sec
- 1/2 tasse de fond de veau
- 3/4 de tasse de chapelure faite avec 3 tranches de pain de mie grossièrement écrasé, sans la croûte
- 1 cuillerée à soupe de jambon cuit coupé en brunoise (dés minuscules)
- 2 cuillerées à soupe de persil ciselé
- 1/2 cuillerée à café de jus de citron
- 1 cuillerée à soupe de beurre coupé en petits morceaux

Chauffez le four à 180°. Dans une marmite peu profonde ou un plat en terre, faites chauffer 2 cuillerées à soupe de beurre à feu moyen. Ajoutez les oignons et les carottes, mélangez sans arrêt et faites cuire 8 à 10 minutes ou jusqu'à ce que les légumes soient légèrement dorés. Mettez de côté.

Pilez les baies de genièvre, quelques grains de poivre et le basilic dans un mortier ou dans un récipient lourd avec un pilon. Roulez les côtelettes de veau dans cet assaisonnement en pressant fortement pour faire adhérer à la chair. Salez.

Chauffez une cuillerée à soupe de beurre et l'huile dans une poêle de 25 à 28 cm à feu moyen. Faites rissoler les côtes de veau, jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées sur les deux faces, en les retournant soigneusement afin que l'assaisonnement ne se détache pas de la viande. Mettez les côtelettes dorées dans la marmite. Versez le tout en laissant 1 à 2 cuillerées à soupe de graisse de cuisson dans le fond de la poêle. Ajoutez-y le vin. Faites réduire à feu vif, en grattant le fond de cuisson dans la poêle, jusqu'à ce qu'il ne reste qu'un demi-verre de réduction. Ajoutez le bouillon, mélangez et versez sur les côtelettes dans la marmite. Dans une poêle de 14 à 16 cm, faites fondre le restant de beurre (2 cuillerées à soupe) à feu doux, faites-y dorer le pain de mie écrasé. Hors du feu, ajoutez le jambon, le persil et le jus de citron. Divisez en 4 portions que vous répartissez sur les côtelettes. Arrosez de beurre fondu.

Mettez la marmite à feu vif, portez à ébullition, couvrez puis mettez 40 minutes dans le four. Dressez les côtelettes de veau sur un plat chaud. Ensuite procédez rapidement. Passez le contenu de la marmite au chinois fin en pressant fortement les légumes avec une cuiller. Portez le jus recueilli dans une petite casserole à feu vif jusqu'à ébullition. Faites réduire afin qu'il ne reste qu'un demi-verre de réduction. Rectifiez l'assaisonnement de la sauce. Versez sur les côtelettes de veau. Servez aussitôt.

Pour 10 à 12 personnes

LES HARICOTS ET LE SAUCISSON
5 litres 1/2 de fond de volaille frais ou de conserve
900 g ou 4 tasses de haricots blancs secs
450 g de petit salé maigre
250 g de couenne de porc (facultatif)
1 litre 1/2 d'eau
450 g de saucisson de porc nature ou à l'ail frais ou fumé
3 oignons épluchés
1 cuillerée à café d'ail finement haché
1 cuillerée à café de thym sec
Bouquet garni fait avec :
4 branches de persil
3 pieds de céleri
3 blancs de poireaux
2 feuilles de laurier
enveloppés dans un linge fin
Sel
Poivre noir

LE CANARD
4 cuillerées à soupe de beurre
1 cuillerée à soupe d'huile d'arachide
1 canard de 1,600 kg à 1,700 kg coupé en quatre

LE PORC ET L'AGNEAU
250 g de gras de porc coupé en dés
900 g de longe de porc sans os coupé en morceaux de 5 cm
900 g d'épaule d'agneau sans os coupé en morceaux de 5 cm
1 tasse d'oignons finement hachés
1/2 tasse de céleri finement haché
1 cuillerée à café d'ail finement haché
1 verre de vin blanc sec
700 g de tomates mûres mais fermes, épluchées, épépinées, coupées en petits morceaux (environ 2 à 2 tasses 1/2)
1 feuille de laurier
1/2 tasse à café de sel
Poivre noir

PRÉSENTATION (gratinée)
1 tasse 1/2 de chapelure
1/2 tasse de persil finement ciselé

Cassoulet

LES HARICOTS ET LE SAUCISSON : Dans une marmite de 8 à 10 litres, mettez le fond de volaille, portez à ébullition à feu vif. Ajoutez les haricots blancs, cuisez 2 minutes. Retirez la marmite du feu et laissez les haricots tremper pendant 1 heure. Pendant ce temps, faites mijoter le petit salé et les couennes de porc dans 1 litre 1/2 d'eau, pendant 15 minutes. Égouttez, essorez et mettez de côté.

A l'aide d'un couteau pointu, piquez le saucisson de 5 ou 6 trous. Ajoutez-le dans la marmite avec les haricots ainsi que le petit salé et les couennes de porc. Portez à ébullition, à feu vif, en écumant de temps en temps. Lorsque le liquide est clair, ajoutez les oignons, l'ail, le thym et le bouquet garni. Salez, poivrez. Baissez le feu, laissez mijoter 45 minutes, ajoutez du fond de volaille si c'est nécessaire. Retirez le saucisson, mettez-le de côté. Laissez cuire les haricots et le petit salé encore 30 à 40 minutes. Retirez le petit salé et les couennes, égouttez-les, mettez-les de côté avec le saucisson. Retirez les oignons et le bouquet garni. Passez le bouillon au chinois, mettez-le dans un grand récipient. Dégraissez, rectifiez l'assaisonnement. Disposez les haricots, le bouillon et la viande séparément. S'ils sont réservés jusqu'au lendemain, couvrez et mettez dans le réfrigérateur.

LE CANARD : Chauffez le four à 180°. Fouettez vigoureusement le beurre dans un bol avec une cuiller en bois jusqu'à ce qu'il soit en pommade. Ajoutez l'huile. Essuyez le canard dans des serviettes en papier. Enduisez-le avec le beurre en pommade. Posez les morceaux de canard sur une grille, côté peau contre la grille. Laissez 10 cm de distance entre la grille et le feu. Laissez griller 15 minutes, arrosez avec le jus qui s'écoule dans la lèchefrite, laissez encore 5 minutes. Mettez le four à 200° et continuez 15 minutes de cuisson en arrosant 2 ou 3 fois avec le jus de la lèchefrite. Retournez les morceaux de canard, faites griller les côtés de la peau pendant 10 minutes. Mettez le four à 230°, arrosez de nouveau, laissez cuire 10 minutes. Retirez les morceaux de canard, versez le jus de cuisson dans un bol ainsi que les petits morceaux qui adhèrent à la lèchefrite. Laissez reposer, retirez la graisse qui se forme à la surface, mettez-la dans un petit bol. Versez le jus dégraissé dans le bouillon. Lorsque le canard est froid, enlevez l'excès de graisse et détachez les cartilages. Découpez en tranches. Si les morceaux sont réservés pour le lendemain, couvrez et mettez dans le réfrigérateur ainsi que le jus dans le bol.

LE PORC ET L'AGNEAU : Chauffez le four à 160°. Sautez le gras de porc dans une poêle de 26 à 28 cm à feu moyennement vif, en mélangeant sans arrêt jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Retirez-les, réservez à part. Mettez 2 à 3 cuillerées à soupe de graisse dans un petit bol. Chauffez le restant de graisse de la poêle. Faites-y dorer 4 à 5 morceaux de porc et d'agneau à chaque fois, ajoutez un peu de graisse si c'est nécessaire. Quand ils sont bien dorés, mettez dans une marmite norvégienne ou une simple marmite de 5 litres 1/2 à l'aide d'une fourchette.

Laissez 3 cuillerées à soupe de graisse dans la poêle et jetez le reste. Faites cuire les oignons pendant 5 minutes à feu doux, en grattant dans le fond de la poêle les petits morceaux dorés qui y adhèrent. Ajoutez le céleri et l'ail, cuisez 2 minutes. Versez-y le vin blanc, portez à ébullition à feu vif, jusqu'à ce qu'il ne reste que la moitié de réduction. Mettez le contenu de la poêle dans la marmite avec une spatule. Mélangez soigneusement les tomates, le laurier, sel et un peu de poivre dans la marmite. Portez à ébullition à feu vif, couvrez, mettez au milieu du four (ajoutez un peu de bouillon ou d'eau si la

viande semble sèche). Faites cuire 1 heure, ou jusqu'à ce que la vainde soit souple.

Avec une fourchette, dressez la viande dans un grand récipient. Si vous la réservez jusqu'au lendemain, couvrez et mettez dans le réfrigérateur. Dégraissez le jus de cuisson, versez-le dans le bouillon des haricots blancs. Jetez les légumes.

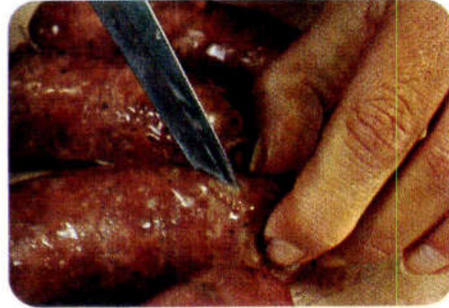
PRÉSENTATION (gratinée) : Chauffez le four à 180°. Retirez la peau du saucisson, coupez-le en tranches de 6 mm d'épaisseur, découpez le petit salé et la longe de porc en dés de 2 cm 1/2. Dans une casserole de 8 à 10 litres, mettez la quantité nécessaire de haricots blancs pour obtenir une couche de 13 cm. Arrangez dessus la moitié du saucisson, petit salé, longe de porc, gras de porc en dés, canard et agneau. Couvrez avec une autre couche de haricots blancs, puis les autres morceaux de viande, encore une autre couche de haricots blancs et sur le dessus quelques tranches de saucisson. Versez doucement le bouillon de haricots en quantité suffisante pour qu'il recouvre légèrement le dessus (s'il n'y a pas assez de bouillon, ajoutez un peu de fond de volaille). Poudrez de chapelure, parsemez de gras de canard, 3 ou 4 cuillerées à soupe. Portez à ébullition sur feu vif et faites gratiner, sans couvrir, en haut du four pendant 1 heure 15 minutes, ou jusqu'à ce que la chapelure soit brune. Si vous désirez, enfoncez le premier gratin dans le cassoulet et faites gratiner à nouveau. Cette opération peut être répétée deux ou trois fois. Servez directement dans la casserole de cuisson, parsemez de persil haché.



Écumer la mousse qui se forme au-dessus du bouillon de viande et de haricots.



Envelopper le bouquet garni, que l'on ajoutera dans la marmite.



Piquer les saucisses pour permettre l'évacuation de l'excédent de graisse.



Faire colorer le canard avant de le mettre à cuire dans la marmite.



Colorer les morceaux d'agneau et de porc en les faisant sauter.



Disposer les divers ingrédients en couches successives.

Surmonté d'une croûte dorée, le cassoulet doit être moelleux à l'intérieur et les saveurs de la viande et des haricots doivent être intimement liées. Bien que long à préparer et à faire cuire, le cassoulet n'est pas difficile à réussir. Le cassoulet, qui vit le jour dans le Languedoc, est une des plus fameuses spécialités de la cuisine provinciale; il constitue un véritable repas. Le plat présenté ci-contre, et dont la recette a été donnée dans les pages précédentes, est un plat relativement compliqué, qui comporte du canard, de l'agneau, des saucisses et du porc. Bien des ménagères françaises se contentent d'incorporer deux, voire trois viandes dans leur cassoulet maison.






196
2904-67

X

Les légumes : ils ne sont pas si humbles

A l'époque de la récolte des choux, dans la campagne aux environs de Strasbourg, il est courant de voir passer ces vieilles charrettes en bois, chargées de gros choux blancs, ronds comme des boulets de canon. Ces choux seront émincés et serviront à fabriquer la choucroute.

Le sol de France, qui comprend certaines des meilleures terres qui soient, est cultivé depuis des siècles; traité correctement, il n'a jamais déçu le paysan. Au cours des cinq premiers siècles de l'ère chrétienne, de vastes zones de forêts ont été défrichées par le feu pour aménager les terres nécessaires aux envahisseurs, venus du Nord et de l'Est. Les cendres de ces immenses feux exercent encore de nos jours un rôle bénéfique. D'instinct, les Français ont restitué aux sols les éléments indispensables à leur fertilisation et à l'obtention de belles moissons. Comme voici un millénaire, tout jardinier digne de ce nom prépare soigneusement un compost, qu'il associe à la terre et qui est constitué d'une couche de terreau à l'épaisseur calculée; il s'agit de détritus végétaux — feuilles mortes, pommes véreuses, légumes montés en graine — additionnés de débris organiques — quelques fourchées de fumier frais, la litière des lapins, les excréments du poulailler. Production séculaire, ce mélange parfaitement à point correspond au terme d'« engrais organiques », et sa préparation comme son emploi font l'objet de soins minutieux : ici, on l'enterrera, là, on en épandra une couche superficielle, parfois à même la neige, laquelle, en fondant, facilitera l'intégration de ces éléments au sol.

L'utilisation des sols salés de la Camargue, au cours de ces récentes années, fournit un excellent exemple de la prudence et de la vigilance avec lesquelles les Français exploitent le capital limité de leurs terres arables. En 1942, coupée de ses ressources coloniales, l'agriculture française chercha rapidement à utiliser ces étranges étendues semi-aquatiques du Sud de la Provence, jusque-là domaine des chevaux sauvages et des flamants roses. On créa des rizières, on forma le personnel nécessaire à leur entretien. Aujourd'hui, le riz de Camargue est

recherché des gourmets pour sa consistance et sa saveur un peu salée (*).

Un palais délicat remarque immédiatement la qualité et la saveur des légumes français. Avant tout, ils sont très frais, et les légumes cueillis à la bonne saison dans les potagers, cuits d'une manière simple pour conserver cette fraîcheur, sont sans pareil.

Pour leur garder cette fraîcheur extraordinaire, la cuisinière française adopte une méthode très simple : faire bouillir ou « blanchir » les légumes verts — les haricots par exemple — dans beaucoup d'eau, portée rapidement à ébullition et salée à point, puis, à peine cuits, les plonger dans de l'eau froide. Il s'agit d'un rafraîchissement et le résultat traduit bien le but de l'opération. Égouttés, les haricots auront conservé leur saveur et leur teinte; il ne restera plus à la dernière minute qu'à les réchauffer au beurre dans une casserole. Ce processus, familier à quiconque prépare des légumes du jardin pour les mettre au réfrigérateur, est utilisé dans toutes les conserveries de légumes. Faite correctement, une telle préparation rappellera l'exquis plat de légumes, savouré dans un petit bistrot des Halles.

Autre astuce de la cuisine française, on fait cuire les légumes à l'étouffée, avec très peu d'eau dans une casserole couverte. Cette méthode satisfait les personnes soucieuses de leur santé, qui considèrent que les légumes ont perdu de leurs vitamines si la moindre cuillerée de l'eau de cuisson disparaît dans l'évier; elle permet de préparer les légumes à l'avance. Et le jus peut être réduit au feu, puis versé sur le plat pour en renforcer la saveur.

Une troisième technique, le glaçage, donne des résultats particulièrement heureux avec des carottes fraîchement cueillies; on les fait cuire dans un bouillon réduit, additionné d'un peu de sucre, ce qui les revêt d'une couche brillante.

Un soir, une amie très pauvre me servit un dîner délicieux et rafraîchissant. Elle avait acheté des laitues vendues à bas prix par un commerçant qui les jugeait trop fanées. Mettant à la poubelle une énorme quantité de feuilles, elle ne conserva que les cœurs, qu'elle fit braiser, et sur ce lit onctueux elle disposa des petites saucisses grillées. Ce plat faisait très riche, comme le souhaitait mon hôtesse et, avec une bouteille de vin blanc très ordinaire, nous fîmes un dîner exquis. Convaincues qu'après un tel repas, le destin ne pouvait que nous être favorable, nous nous séparâmes pleines d'optimisme.

Les légumes peuvent faire partie des hors-d'œuvre ou constituer un plat à part, servi après le plat principal (ce qui semble l'usage en France) (**); ils accompagnent aussi d'innombrables mets. En France, les asperges, par exemple, sont utilisées de cent manières différentes et leur diversité d'emploi confond l'imagination d'une étrangère; ces asperges peuvent apparaître à n'importe quel stade du repas, jusqu'à l'instant où l'on nettoie la table avant de servir les fromages.

Il en est de même des artichauts sur une table française. A la campagne, ils poussent à profusion et, en Provence, d'un bout de l'année à l'autre, on trouve des artichauts de taille et de couleur très variées. Les artichauts des provinces septentrionales sont ronds comme une

(*) - Le riz fut planté en Camargue du temps d'Henri IV sur les conseils d'Olivier de Serres. Il n'a jamais cessé depuis d'y être cultivé mais, sous l'occupation, on en augmenta le rythme. Il n'a plus tendance à progresser et les gourmets sont loin de considérer le riz de Camargue comme des meilleurs. En ce qui concerne la ménagère, plus sagement, elle utilise le riz américain Uncle Ben's qui a le mérite de cuire facilement sans jamais se mettre en bouillie. (N. du P.).

(**) - Non, de moins en moins ! Les légumes servent d'accompagnement. (N. du P.).

balle de tennis et fondants comme du beurre. Bien préparés, débarrassés des feuilles extérieures et du foin intérieur, garnis d'une mayonnaise s'ils sont servis froids, d'une hollandaise s'ils sont chauds, ces artichauts sont de délectables « fleurs ».

Dans les régions rocailleuses et chaudes, ils sont plus fermes, plus pointus aussi. En Provence, une des espèces les plus appréciées arbore une teinte violette et a une forme allongée. Jeunes, ces artichauts n'ont pas de foin et on les mange en entier, après les avoir débarrassés des feuilles extérieures. On m'a même servi ces artichauts, crus et coupés en quarts, comme hors-d'œuvre. Pour les manger ainsi, à la croque-au-sel, on en tapote l'extrémité dans un peu de sel et on accompagne le tout de beurre, ce qui estompe l'étrange amertume de ce légume à la consistance de noisette.

Les fonds des gros artichauts accompagnent souvent les viandes, mais ils peuvent aussi être garnis de petits pois frais et servis comme un plat séparé. Ces cœurs d'artichauts, préalablement blanchis, sont vendus dans le commerce soit en boîtes de conserve, soit desséchés et ces produits assurent à n'importe quel menu une note intéressante. On les sert froids à la grecque, assaisonnés en salade, quand ils n'accompagnent pas le plat principal sous forme de cœurs d'artichauts braisés ou bien assaisonnés. En toute saison, ils fournissent un élément de choix à la cuisinière désireuse de préparer un repas fin.

Un plat exquis à manger le lendemain

Outre les très simples méthodes de cuisson, qui consistent à faire bouillir, à braiser ou encore à rafraîchir les légumes, il existe cent autres manières de les préparer, qui sont toutes pratiquement aussi anciennes. La ratatouille que l'on sert dans d'innombrables pays du bassin de la Méditerranée comporte les mêmes ingrédients fondamen-

De longs chapelets d'aulx s'entassent sur le marché de Cavaillon; l'ail est essentiel à la cuisine provençale. Ces chapelets décorent les murs de bien des cuisines provençales et assurent à la cuisinière une ample réserve d'ail.



La tomate est aussi indispensable à la cuisine provençale que l'ail et l'huile d'olive; sur les marchés, on trouve de grands cageots de tomates fraîchement cueillies.

taux : aubergines, tomates, oignons, huile d'olive. Typiquement provençal, ce plat peut être légèrement différent, selon les fines herbes que l'on y incorpore et la fantaisie de la cuisinière. Cependant, quelle que soit la préparation, le résultat est toujours exquis. La ratatouille sait vieillir; à la différence de divers mélanges de légumes, elle peut être réchauffée ou servie froide plusieurs jours à la file.

D'ailleurs, divers mets de la cuisine française supportent ainsi de reparaître sur la table (les bons restaurants les utilisent de plus en plus largement, conscients que sont leurs patrons de la valeur de la cuisine régionale simple et du coût des mets relevant de la haute cuisine). Il existe ainsi d'innombrables plats — les tomates à la provençale par exemple — qui sont faciles à préparer, surtout en saison, qui sont peu coûteux et que l'on peut resservir froids.

La mode typiquement française, qui vise à associer divers ingrédients de consistance et de saveur différentes, toujours pour le plus grand profit gustatif, peut s'appliquer pratiquement à tous les légumes, susceptibles par leur forme de recevoir une farce, faite de chapelure, d'œufs, de viande finement hachée et de fines herbes. Les courgettes, les aubergines et les concombres peuvent être ainsi évidés et remplis de farce. Certains champignons, dont la forme leur permet de recevoir une farce, peuvent être incorporés au menu à divers stades du repas, cuits au four et servis en hors-d'œuvre, frits et disposés en garnitures de viande ou préparés de façon à constituer un plat à part, remplaçant les légumes après la viande *(page 162)*. Les artichauts peuvent être farcis ou cuits au four dans le même but (toutefois, ils constituent un mets moins élégant à manger). Les laitues et les choux, blanchis et farcis, forment un véritable plat principal. Leur farce comprendra généralement de la chapelure, de la chair à saucisse, des restes de viande hachée, de l'œuf, etc.

En Alsace, on farcit le chou-rouge avec des marrons et on le fait cuire à petit feu dans un bouillon de vin rouge, avec du beurre à profusion. A Grasse, le chou farci se prépare différemment; on garnit un tendre chou vert d'une farce de porc salé, de chapelure, d'ail, le tout arrosé d'huile d'olive; enveloppé dans un linge, ce chou est mis à cuire dans beaucoup d'eau.

En Savoie, j'ai souvent savouré des choux farcis d'une façon similaire. On commençait par me servir le bouillon, comme s'il s'agissait d'un pot-au-feu ou d'une poule-au-pot. Ce potage contenait de fines pâtes, jetées dans le bouillon à la dernière minute, et son goût exquis préparait le palais à l'apparition sur la table du chou farci, un chou rond comme un boulet de canon. Le maître de maison, un ancien guide, le découpait cérémonieusement. Le chou farci est également très estimé dans tout le centre de la France.

Nous l'avons déjà dit, en France, la pomme de terre est considérée comme un véritable légume et elle conserve une personnalité qu'ailleurs on lui a ôtée. Elle ne sert pas uniquement à accompagner la viande.

En purée gratinée et passée au four, elle constitue un véritable plat, le gratin à la crème (*). Certaines maîtresses de maison déploient une infinie patience et préparent les fameuses pommes Anna. Les terres du Nord sont très propices à la culture de la pomme de terre et les recettes qui concernent ces tubercules sont relativement simples. Ailleurs, on les prépare à la dauphinoise, en paillasson, au four, « boulangères », etc.

(*) - L'auteur semble confondre la purée gratinée et les gratins de pommes de terre, dauphinois ou savoyard (bien différents). La consommation de pommes de terre diminue en même temps que la qualité de celles-ci. (N. du P.).

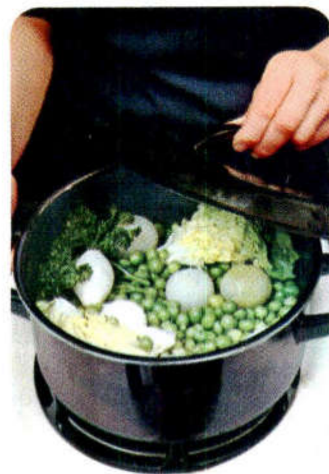
Ici et là, on les associe à des plats régionaux, à la salade niçoise, à la ratatouille et même à la bouillabaisse. Dans le Béarn, elles sont aussi indispensables à la préparation de la garbure que le chou lui-même ou la graisse d'oie. Aucun étudiant ne tolérerait que le « steck bleu accompagné de cresson » soit servi sans une large portion de pommes frites, qui vraiment font partie intégrante de ce plat (*).

Un peu partout en France, les petites pommes de terre bouillies très tendres escortent les poissons pochés ou frits, ou baignent dans le jus des viandes rôties, à moins qu'elles ne soient sautées au beurre pour servir d'exquise garniture à quelque plat principal. Les traditions culinaires de la France sont trop parfaites pour que l'on puisse se permettre où que ce soit de considérer la pomme de terre comme un accessoire plus ou moins négligeable, comme une denrée qu'on mange automatiquement ou qu'on laisse dans un coin de son assiette. Cultivées et ramassées avec soin, choisies en fonction de leurs propriétés, elles s'incorporent au contexte même de la cuisine régionale. Ainsi traitées, ainsi préparées, elles prouvent que manger avec grâce rend plaisante l'obligation de manger pour vivre.

(*) - En fait, les étudiants ne mangent pas plus de frites que les midinettes ou les clochards des Halles qui achètent la nuit un cornet de frites et une saucisse au marchand installé sous un porche. Le bifteck-frites est certes le symbole de la cuisine française mais seulement pour l'étranger. Chez soi, on fait rarement des frites (à cause de l'odeur de la friture) et au restaurant on sert des chips, des pommes pailles, des pommes allumettes, des pommes Pont-Neuf, sans compter les autres légumes et les admirables pommes soufflées, véritable accompagnement gastronomique d'une pièce de bœuf. (N. du P.).

Rouges et bien croquants, des radis, semblables à ceux que l'on voit ci-dessous au marché de Saint-Malo, sont servis comme hors-d'œuvre sur presque toutes les tables françaises; on les accompagne de beurre et de sel.





En faisant braiser ensemble de la laitue, des pois et des oignons, on marie leurs saveurs et cette préparation accroît leur tendreté.



Pour conserver aux haricots verts leur couleur, il faut les faire blanchir dans de l'eau bouillante salée au dernier moment, puis rafraîchir à l'eau froide.



Pour donner aux carottes une enveloppe ambrée, il est bon de les glacer au beurre après les avoir sucrées et arrosées de bouillon.

En faisant bouillir les artichauts dans une marmite pleine d'eau salée, on obtient une cuisson rapide et on leur conserve toute leur fraîcheur. Il faut près d'un litre d'eau par artichaut et cette eau doit bouillir à gros bouillons. On remarquera que le haut des feuilles a été coupé au préalable.

Petits pois à la française

Pour 4 à 6 personnes

1 laitue bien pommée et bien ferme
3 tasses de petits pois frais écossés (environ 1,400 kg)
12 petits oignons nouveaux
6 branches de persil attachées ensemble
6 cuillerées à soupe de beurre
1/2 verre d'eau
1/2 cuillerée à café de sel
1/2 cuillerée à café de sucre
2 cuillerées à soupe de beurre

Épluchez la laitue, retirez les feuilles extérieures et lavez bien soigneusement les autres. Attachez-les ensemble avec une ficelle fine afin que la laitue conserve sa forme durant la cuisson.

Dans une cocotte de 4 litres, mettez les petits pois, la laitue, les oignons, le persil, le beurre, l'eau, le sel et le sucre. Faites bouillir le tout à feu moyen. Mélangez avec beaucoup de précaution, couvrez et laissez mijoter 30 minutes jusqu'à ce que les petits pois et oignons soient souples. Mélangez de temps en temps. Si le liquide n'est pas évaporé, laissez mijoter encore 1 à 2 minutes sans couvrir la cocotte et en mélangeant sans arrêt. Ajoutez 2 cuillerées à soupe de beurre. Goûtez et assaisonnez si c'est nécessaire. Versez dans un plat creux chaud ou un légumier.

Haricots verts au naturel

Pour 6 à 8 personnes

8 à 9 litres d'eau
3 cuillerées à soupe de sel
1,400 kg de haricots verts
2 cuillerées à soupe de beurre
Sel
Poivre noir

Dans une grande cocotte, mettez l'eau et le sel, portez à ébullition sur feu très vif. Mettez les haricots verts, faites repartir l'ébullition. Baissez le feu, laissez mijoter 10 à 15 minutes, sans couvrir. Ne les laissez pas trop cuire. Égouttez-les immédiatement dans une passoire. Si vous servez les haricots aussitôt, faites fondre 2 cuillerées à soupe de beurre dans une cocotte de 3 à 5 litres, ajoutez les haricots verts, mélangez, laissez cuire 1 à 2 minutes, assaisonnez avec sel et poivre modérément. Dressez dans un légumier. Servez. S'ils sont réservés pour être servis plus tard, égouttez-les dans une passoire, rafraîchissez-les sous l'eau courante froide et laissez tremper 2 à 3 minutes. Égouttez-les, mettez-les dans un récipient, couvrez et mettez de côté. Si vous désirez les garder plus longtemps, mettez-les dans le réfrigérateur. Pour les servir chauds, mettez-les dans une casserole avec 2 cuillerées de beurre, assaisonnez et laissez à feu doux.

N. du P. : Les Français (je ne sais pour les Américains) ont tendance à servir les légumes trop cuits, ce qui leur ôte de l'intérêt tant sur le plan diététique que le plan gustatif. S'il s'agit de haricots frais cueillis, vous aurez intérêt à les cuire braisés, c'est-à-dire avec très peu d'eau. De toute façon, gardez-les « al dente » comme disent les Italiens pour les pâtes, c'est-à-dire encore un peu croquants.

Carottes glacées

Pour 4 à 6 personnes

10 à 12 carottes de taille moyenne, épluchées, coupées en rondelles de 5 mm d'épaisseur
1 verre 1/2 de bouillon de viande ou de volaille
4 cuillerées à soupe de beurre
2 cuillerées à soupe de sucre
1/2 cuillerée à café de sel
Poivre
2 cuillerées à soupe de persil ciselé

Dans une casserole de 24 à 26 cm, portez à ébullition le bouillon avec les carottes, beurre, sucre, sel et poivre. Laissez mijoter à feu très doux en remuant de temps en temps afin que les carottes absorbent le liquide. Vérifiez bien si le liquide n'est pas absorbé trop rapidement avant que les carottes ne soient cuites. Si c'est nécessaire, ajoutez alors un peu de bouillon chaud. Les carottes doivent être cuites en 20 à 30 minutes. Vous pouvez vous en assurer en les piquant avec la pointe d'un petit couteau. Le jus de cuisson doit être jaune clair. S'il n'est pas assez réduit, égouttez les carottes dans un plat et laissez-le bouillir à feu vif quelques minutes. Avant de servir, remettez les carottes dans le jus réduit, réchauffez et servez dans un plat creux et chaud. Poudrez de persil.

NOTA : Les navets peuvent être préparés de la même façon.

Pour 6 personnes

1,400 kg d'asperges fraîches
8 litres d'eau
3 cuillerées à soupe de sel

Asperges au naturel

Préparez les asperges. Coupez les queues afin que les asperges soient de la même taille. Épluchez-les avec un couteau en partant de la base de la tête et en allant vers le fond. Lavez-les à l'eau froide. Divisez les asperges en 6 petites bottes que vous attachez avec une ficelle fine.

Dans une grande cocotte en fonte émaillée, portez l'eau salée à ébullition. Dressez les bottes d'asperges côte à côte et verticalement, les têtes à fleur d'eau. Faites repartir l'ébullition. Baissez le feu et laissez cuire 8 à 10 minutes sans couvrir la cocotte. Ne laissez pas trop cuire. Pour vérifier la cuisson, piquez les asperges avec la pointe d'un petit couteau. Retirez les bottes d'asperges avec une fourchette à deux dents et à long manche en les saisissant par la ficelle. Posez-les sur un torchon plié, retirez les ficelles. Servez les asperges chaudes avec un beurre fondu ou une sauce hollandaise *(page 74)*. Vous pouvez aussi les servir froides avec une sauce vinaigrette ou une sauce mayonnaise *(page 74)*.

Cet artichaut aux feuilles coupées, ces asperges bien grattées démontrent tout le soin que la ménagère française apporte à la présentation des légumes. Ces deux légumes, bouillis juste à point, immédiatement égouttés et servis chauds, gardent ainsi tout leur goût; on les accompagne d'une sauce hollandaise *(comme sur l'illustration)* ou de beurre fondu. On peut également les laisser refroidir et les servir avec une mayonnaise ou une vinaigrette.



Artichauts au naturel

Pour 6 personnes

- 6 artichauts de 350 à 400 g chacun environ
- 1 citron coupé en deux
- 8 litres d'eau
- 3 cuillerées à soupe de sel

Préparez les artichauts. Arrachez les queues. Coupez les feuilles autour du fond et la base qui soutenait la queue. Coupez la tête des artichauts sur une hauteur de 2 cm 1/2 environ. Frottez toutes les parties entaillées avec un demi-citron pour les empêcher de noircir. Retirez le foin jaune avec une cuiller à long manche. Exprimez un peu de jus de citron au centre des artichauts et frottez-les encore avec le restant de citron.

Dans une grande cocotte, faites bouillir 8 litres d'eau salée. Plongez-y les artichauts, faites repartir l'ébullition. Baissez le feu, laissez cuire en retournant de temps en temps les artichauts. Comptez 30 minutes de cuisson. Pour plus de sécurité, piquez les fonds d'artichauts avec la pointe d'un petit couteau. Retirez-les avec une écumoire et faites-les égoutter dans une passoire, la tête en bas.

Servez-les avec du beurre fondu, une sauce hollandaise ou une sauce béarnaise *(page 74)*. Ou bien, faites refroidir les artichauts et servez-les avec une sauce vinaigrette ou une sauce mayonnaise *(page 74)*.



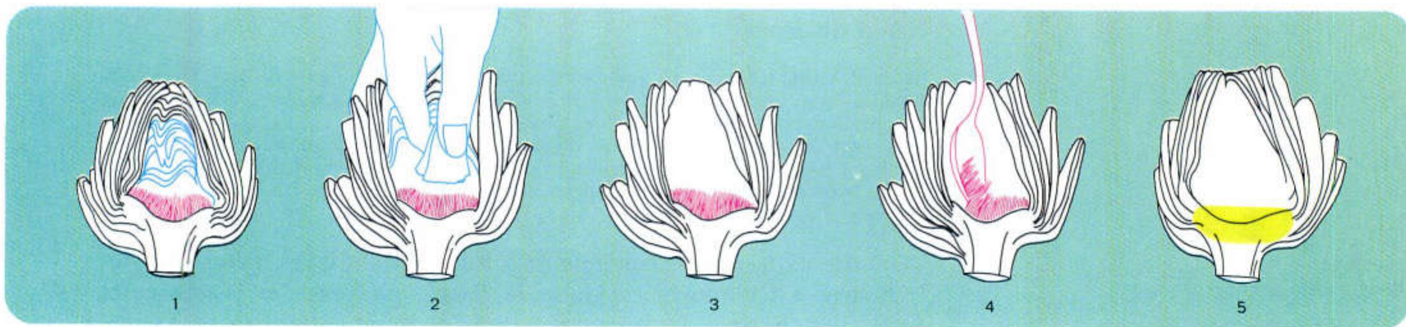
Pour préparer un artichaut avant la cuisson, couper la tête sur deux ou trois centimètres avec un couteau bien aiguisé.



Avec une paire de ciseaux de cuisine, couper de même l'extrémité des larges feuilles extérieures.



Au cours de ces opérations, frotter avec un peu de jus de citron le fond et la partie à vif des feuilles, afin de leur conserver leur couleur.



Le cœur de l'artichaut, la partie la plus délicate de ce légume, ne peut être atteint qu'en ouvrant les feuilles de la partie centrale et en ôtant le foin (en rose sur la figure 1).

Écarter les feuilles supérieures, arracher avec les doigts les feuilles de la partie centrale (2) pour découvrir le foin (3).

On peut ôter le foin à l'aide d'une cuiller (4), de façon à découvrir le cœur (en vert-jaune, 5). Ce nettoyage peut être exécuté avant ou après cuisson.

Pour 6 personnes

Champignons farcis au crabe

CHAMPIGNONS FARCIS AU CRABE
- 1 tasse 1/2 de crabe coupé en gros morceaux (frais ou conserve)
- 2 cuillerées à soupe de beurre
- 4 cuillerées à soupe d'échalotes finement hachées
- 1 tasse de sauce béchamel *(recette ci-dessous)*
- 1/2 cuillerée à café de jus de citron
- Sel
- Poivre blanc
- 18 à 24 têtes de champignons de Paris de 5 cm environ

CHAMPIGNONS FARCIS AU CRABE : Faites chauffer le four à 180°. Émiettez le crabe avec une fourchette. Dans une poêle de 24 à 26 cm, faites fondre le beurre sur feu moyen. Ajoutez les échalotes, mélangez, laissez cuire 2 minutes. Ajoutez les morceaux de crabe, mélangez, ne laissez pas plus de 10 secondes. Mettez de côté dans un plat, ajoutez la sauce béchamel, assaisonnez avec sel, poivre et jus de citron. Beurrez légèrement un plat creux allant au four. Salez l'intérieur des têtes de champignons et introduisez dans chacune une cuillerée de farce. Disposez-les côte à côte dans le plat beurré. Faites cuire 10 à 15 minutes dans le haut du four, jusqu'à ce que les têtes de champignons soient cuites. Servez dans le plat de cuisson.

CHAMPIGNONS FARCIS AUX ÉPINARDS
- 1/2 tasse d'échalotes finement hachées
- 3 cuillerées à soupe de beurre
- 3/4 de tasse d'épinards cuits et en purée (environ 350 g)
- 3/4 de tasse de jambon cuit haché
- 1 tasse de sauce béchamel (facultatif) *(recette ci-dessous)*
- Sel
- Poivre noir
- 18 à 24 têtes de champignons de Paris de 5 cm environ
- 2 cuillerées à soupe de beurre coupé en petits morceaux

CHAMPIGNONS FARCIS AUX ÉPINARDS : Chauffez le four à 180°. Dans une poêle de 24 à 26 cm, faites fondre le beurre à feu moyen. Ajoutez les échalotes, laissez cuire 2 minutes en mélangeant. Ajoutez les épinards, mélangez, laissez cuire 3 à 4 minutes. Mettez de côté dans un grand récipient. Mélangez le jambon avec la sauce béchamel. Assaisonnez avec sel et poivre, si c'est nécessaire. Goûtez les épinards. Beurrez un grand plat allant au four. Salez légèrement les têtes de champignons et garnissez-les avec une bonne cuillerée de farce. Disposez les têtes de champignons farcies dans le plat beurré, répartissez les morceaux de beurre. Faites cuire 10 à 15 minutes dans le haut du four. Servez dans le plat de cuisson.

CHAMPIGNONS FARCIS DUXELLES
- 350 g de champignons de Paris finement hachés
- 4 cuillerées à soupe d'échalotes finement hachées
- 2 cuillerées à soupe de beurre
- 1 tasse de sauce béchamel *(recette ci-dessous)*
- 1 cuillerée à café de persil ciselé
- Sel
- Poivre noir
- 18 à 24 têtes de champignons de Paris
- 2 cuillerées à soupe de chapelure
- 1 cuillerée à soupe de fromage de gruyère râpé
- 2 cuillerées à soupe de beurre coupé en petits morceaux

CHAMPIGNONS FARCIS DUXELLES : Épongez les champignons hachés dans un linge afin d'en extraire l'eau de végétation. Faites chauffer le four à 180°. Dans une poêle de 24 à 26 cm, faites fondre 2 cuillerées à soupe de beurre à feu moyen. Ajoutez les échalotes, mélangez et laissez cuire 2 minutes. Ajoutez les champignons hachés, mélangez, laissez cuire 8 à 10 minutes, jusqu'à ce que toute l'eau de végétation soit évaporée et que les champignons soient légèrement colorés. Mettez de côté dans un plat. Mélangez le persil à la sauce béchamel, assaisonnez avec sel et poivre. Beurrez un grand plat à gratin allant au four. Salez à l'intérieur des têtes de champignons, remplissez-les avec une bonne cuillerée de farce. Poudrez de fromage de gruyère râpé et chapelure. Arrangez les têtes de champignons côte à côte dans le plat à gratin beurré, parsemez de morceaux de beurre. Mettez le plat dans le four, laissez cuire 10 à 15 minutes, jusqu'à ce que les champignons soient cuits et que la farce soit légèrement dorée. Servez chaud ou froid.

N. du P. : J'espère qu'on en a fini avec ces détestables champignons de Paris. On ne dira jamais assez le mal qu'ils ont fait à la cuisine ! Attendez plutôt le temps des cèpes, celui des girolles, pour ne parler que des plus courants !

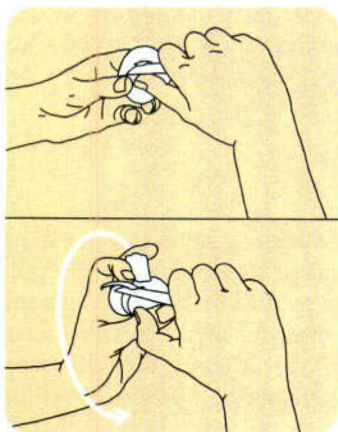
Le bon docteur Ramain, auteur d'une *Mycogastronomie* remarquable, expliquait que sur 1 913 espèces recensées en Europe, 4 seulement étaient mortelles et 32 toxiques. Et 350 sortes de champignons français comestibles se révèlent hautement gastronomiques.

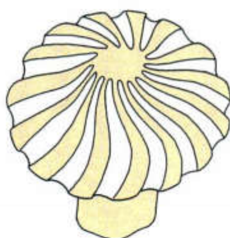
SAUCE BÉCHAMEL
Pour 1 tasse environ

- 2 cuillerées à soupe de beurre
- 3 cuillerées à soupe de farine
- 1 verre de lait chaud
- Sel
- Poivre blanc

SAUCE BÉCHAMEL : Dans une casserole de 3 à 5 litres, faites chauffer le beurre à feu moyen. Ajoutez la farine, mélangez et laissez cuire 2 minutes. Retirez du feu avant que le roux ne colore. Hors du feu, ajoutez le lait chaud et mettez à nouveau à feu vif. Laissez cuire en fouettant sans arrêt le mélange jusqu'à ce que la sauce commence à bouillir. Baissez le feu, laissez mijoter 2 à 3 minutes. Retirez du feu lorsque la sauce est épaisse. Goûtez, assaisonnez avec sel et poivre.

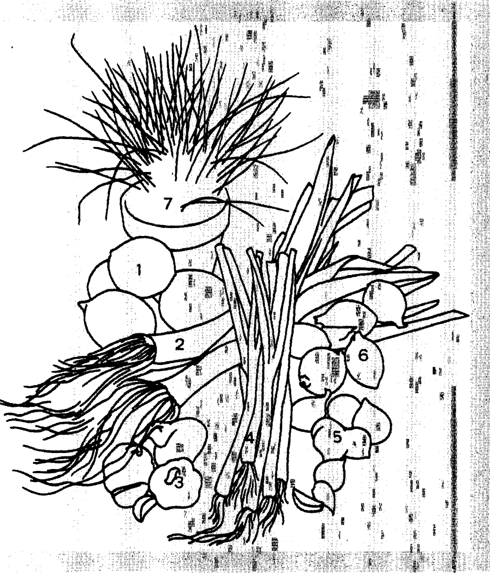
En France, les gros champignons, comme ceux qu'on aperçoit sur la planche à découper ou dans la saucière ancienne, servent à parfumer les plats, mais constituent aussi un mets par eux-mêmes. Sur le plat, tout au fond, on aperçoit des champignons à la grecque. Au centre du plateau, on trouve successivement : à gauche, des champignons garnis de crabe; au milieu, des champignons garnis de jambon et d'épinards; enfin, à droite, des champignons en duxelles *(page 162)*. Au premier plan, des champignons grillés sont présentés sur des canapés de pain grillé.





Pour tourner un champignon, le saisir de la main gauche, le pouce sous la tête, la queue en avant *(à gauche, en haut)*. En utilisant un couteau court à la lame courbe, faire tourner la main gauche *(comme l'indique la flèche)*. La lame entaille le chapeau, du centre vers la périphérie *(en bas, à gauche)*. Avec un peu d'entraînement, on peut obtenir des figures comme celle qui apparaît ci-dessus.

Les oignons, ces indispensables cousins du lis



Les sept membres de la famille des oignons, silhouettés ci-dessus et présentés en couleur sur la page opposée, jouent un grand rôle dans la cuisine française. Il s'agit des légumes suivants :
1 - Oignons jaune paille des vertus
2 - Poireaux
3 - Ail
4 - Ciboule
5 - Échalotes
6 - Oignons blancs
7 - Ciboulettes

Les oignons, ces légumes à bulbes comme les lis, sont aussi typiques de la cuisine française que le pot-au-feu. Ils entrent dans la composition de presque tous les plats, sauf des desserts. L'échalote, la ciboule agrémentent les sauces; les poireaux, l'ail parfument bien des potages; les oignons blancs rehaussent le navarin ou la blanquette; la ciboulette donne sa saveur aux moelleuses omelettes. L'oignon jaune paille des vertus, le plus communément cultivé en France, se sert entier, haché, coupé en tranches ou en cubes.

Le poireau, au bulbe tuniqué très allongé, mais à la saveur douceâtre, entre dans la composition de toutes les soupes de légumes assez riches, depuis le potage Parmentier jusqu'à la garbure. Abondants en France, les poireaux ont mérité le nom d'« asperges du pauvre »; ils sont souvent servis comme légume généralement tiède à la vinaigrette.

L'échalote est la plante à bulbe la plus typiquement française. Si elle rappelle l'ail par sa forme, elle est d'un brun rougeâtre, et sa saveur est comparable à celle d'un oignon doux; elle peut donc remplacer l'oignon dans tous les plats.

Les oignons blancs — que les Américains appellent « oignons à bouillir » — sont en France l'objet d'un traitement plus respectueux; on les utilise dans les ragoûts et les navarins; glacés, ils garnissent les rôtis. Les oignons jaune paille, finement hachés, sont succulents dans la soupe à l'oignon. S'ils sont assez gros, on peut les farcir et les faire cuire au four, mais souvent on les emploie pour relever les bouillons, les viandes et les farces.

Sorte d'herbe de la famille des oignons, la ciboulette peut être cultivée dans une arrière-cour ou dans un simple bac, ce qui permet d'en avoir à portée de la main; elle parfume les omelettes, les soupes, les salades. Ces jeunes oignons (les oignons blancs nouveaux) et la ciboule (apparentée à l'oignon blanc) apparaissent sur la table française en hors-d'œuvre ou comme ingrédient d'une salade; hors de la saison de l'échalote, on peut aussi les hacher menu pour rehausser les sauces.

Apparenté à l'oignon, l'ail est si utilisé dans la région méditerranéenne qu'il a mérité le surnom de « vanille de Marseille ». Les cuisinières provençales savent qu'en l'écrasant ou en le faisant cuire, on en atténue le piquant. En Provence, il suffit d'une douzaine de gousses d'ail, de quelques autres ingrédients et d'un peu d'eau pour faire une bonne soupe.

D'un bout à l'autre de l'année, la ménagère trouve au marché tous les genres d'oignons, sauf l'échalote qui, comme le poireau, est un légume de printemps.

Oignons glacés à blanc

Pour 4 à 6 personnes

2/3 de verre de bouillon de volaille
2 cuillerées à soupe de beurre
Sel
Poivre noir
16 à 24 petits oignons frais, épluchés

Faites bouillir le bouillon de volaille avec le beurre, sel et poivre, dans une casserole de 24 à 26 cm. Ajoutez les oignons. Baissez le feu, couvrez, laissez mijoter à feu doux 20 à 30 minutes jusqu'à ce que les oignons soient cuits. Retournez-les de temps en temps durant la cuisson. Si la cuisson n'est pas réduite presque totalement, égouttez les oignons dans un plat et faites repartir l'ébullition jusqu'à réduction voulue. Mouillez les oignons avec le jus avant de servir. Servez dans un plat chaud.





XI

La salade : rafraîchissement du palais

Un saladier, plein de laitue bien tendre ou d'une quelconque autre salade verte — et il en existe au moins une cinquantaine — assaisonnée tout simplement d'un peu d'huile, de vinaigre, de sel et de poivre, est un régal pour le palais, n'en déplaise aux étrangers, qui qualifient un tel plat de nourriture à lapins. Certains préfèrent en altérer le goût en lui ajoutant des œufs durcis, des croûtons frottés d'ail, ou encore un assaisonnement à base de fromages très relevés, du roquefort par exemple, quand ils ne l'additionnent pas de légumes cuits, de tomates et de divers autres produits.

Lavées à grande eau, les salades vertes doivent ensuite être placées dans un panier à salade, ce qui permettra de les sécher en les secouant. Le meilleur moyen est de balancer énergiquement le panier. Cela n'empêche pas de les sécher ensuite dans un linge. Un séchage soigneux assure plus de croquant à la salade et permet à l'assaisonnement de mieux enrober chaque feuille.

Un mets qui enchante le palais

Au cours de leurs banquets, les Romains se ceignaient le front d'une rafraîchissante couronne de petites laitues et de persil. Les Français ont trouvé à ces salades vertes un emploi plus raisonnable : pratiquement, après n'importe quelle entrée ou plat principal, on sert un saladier de laitue, dans lequel cette salade est tournée avec un assaisonnement d'huile et de vinaigre. De la sorte, les Français se rafraîchissent le palais et, en bons disciples de l'art de la gastronomie, ils le maintiennent en excellent état, afin de pouvoir mieux savourer ce qui sera servi par la suite. Une salade aussi simple a d'incomparables effets digestifs; elle active et allège tous les processus de la digestion chez n'importe quel convive, quelques malades mis à part.

Pratiquement, dans toutes les maisons ou presque, dans tous les restaurants, la salade est préparée de la même manière et selon les mêmes règles :

Pour commencer, il faut que la salade soit fraîche, propre,

sèche. D'où qu'elle vienne, du jardin, d'une serre, du marché, du fond d'un pré, du bord d'un simple fossé, la salade sera tendre et douce — à moins que le menu ne comporte au préalable un plat de venaison ou un mets très épicé. En ce cas, les arômes épicés, les fumets puissants pourront s'attarder quelque peu sur les papilles gustatives, si la salade contient de jeunes feuilles d'épinards, ou de l'oseille très tendre, ou encore du cresson au goût vif. Cette salade impliquera d'ailleurs que l'on serve ensuite un fromage également fort, plutôt qu'un dessert.

L'assaisonnement sera constitué par un mélange d'huile et de vinaigre, relevé de sel et de poivre. Le choix de l'huile dépendra des habitudes de la province, mais aussi de la saveur des divers plats prévus au menu. A bon escient, on choisira une délicate huile de noix, une forte huile d'olive, une douce huile végétale. De même, le vinaigre sera fonction du lieu et différent si l'on réside en Bourgogne, ou dans des régions à cidre comme la Normandie. Parfois, on rehausse l'assaisonnement d'un peu de moutarde.

La salade ne se prépare qu'à la dernière minute et juste avant d'être servie. Le plus souvent, elle sera assaisonnée à table, par le membre de la famille qui possède la meilleure « main » pour ce genre de préparation.

Il est rare, dans les familles françaises, que l'on serve la salade dans des petites assiettes spéciales, disposées à côté de l'assiette du convive. En général, on la mangera dans une assiette propre, à moins que, pour des raisons particulières de mariage de goûts, on ne conserve l'assiette du plat principal. Même dans ce cas, la salade est considérée comme un plat à part, et non pas comme un mets, destiné à en accompagner un autre.

Évidemment, toutes ces règles souffrent de nombreuses exceptions. Elles dépendent, dans une large mesure, de la saveur du plat appelé à précéder la salade. Mais elles sont aussi fonction de la texture de celle-ci : les laitues d'hiver ne sont pas aussi tendres que celles qui s'épanouissent au printemps et, par ailleurs, on ne préparera pas de la même façon un saladier de scarole ou de pissenlit et un plat composé de diaphanes cœurs de laitues, fondants comme du beurre.

En France, on se sert parfois de vinaigre parfumé aux herbes, mais en général on préfère ajouter à une salade verte quelques fines herbes séchées qu'il est bon de pulvériser dans le vinaigre avant d'ajouter l'huile. Quel que soit l'ingrédient que l'on est amené à ajouter à la salade verte, il est nécessaire de fixer son choix de façon à ne pas briser la continuité du repas. Après une omelette aux fines herbes, par exemple, on peut rehausser une laitue en la parfumant très discrètement avec une ou plusieurs fines herbes utilisées dans l'omelette. Un poulet à l'estragon appellera l'emploi d'un peu d'estragon dans la salade, à moins que celle-ci ne précède un fromage ou un dessert très délicat.

L'ail ? Son utilisation dépendra de l'origine et de la nature des plats appelés à précéder la salade, ainsi que de la force du fromage. De toute façon, on évitera d'utiliser des sauces ou du vinaigre parfumés industriellement à l'ail, et on se servira d'une gousse d'ail fraîche; on peut en frotter le saladier ou brasser l'ail dans la salade avec l'assaisonnement (en retirant ensuite la gousse) et, quelquefois, on pourra frotter l'ail sur des petits croûtons de pain, que l'on glissera dans le saladier.

Une planche des principales salades vertes



La chicorée : des feuilles frisées, légèrement amères



Les endives : un fuseau de feuilles serrées, un goût piquant



Les pissenlits : une plante sauvage et amère



La laitue : saveur délicate



Le cresson : un goût épicé, qui relève les plats



La laitue des jardins : tendre et fondante



La romaine : des feuilles raides, un goût assez fort



La scarole : rappelle la chicorée, mais avec des feuilles plus larges et une saveur plus puissante



Voici les ingrédients qui entrent dans la composition d'un assaisonnement à la vinaigrette : de l'huile (en flacons), plus du vinaigre (en burettes) et la bouteille d'estragon (munie d'un bouchon spécial) ou du jus de citron. Comment combiner ces ingrédients — en leur ajoutant éventuellement un soupçon de moutarde — constitue tout l'art de celui qui se charge d'assaisonner la salade.

Les fines herbes jouent un grand rôle dans la cuisine française, d'ailleurs de plus en plus grand à mesure que l'on descend vers le sud. On les plante au jardin, mais il est également amusant, voire décoratif, de les faire pousser dans de simples pots, à l'intérieur même de la maison. Comme toute plante, les fines herbes sont saisonnières ; en pleine saison, on les utilise à l'état naturel et on les fait sécher pour le reste de l'année. Les fines herbes séchées sont écrasées dans un mortier ou simplement frottées et réduites en poudre dans le creux de la main. Leur emploi dépend des indications de la recette. Très souvent, on les rafraîchit dans un peu de vin ou de fumet, avant de les incorporer au plat. Les fines herbes poussent avec plus ou moins de vigueur, selon la nature du sol et le climat, et on les utilise en conséquence. Grâce à des méthodes de culture très modernes, on peut trouver sous forme séchée n'importe quel genre de fines herbes.

Il existe pratiquement autant de façons d'employer les herbes que de recettes impliquant leur emploi. Cependant, il est impossible de trouver, au chapitre des salades vertes, dans les livres de cuisine publiés en France, des indications sur l'emploi des fines herbes ; les auteurs partent du principe que les cuisinières ont assez de bon sens pour savoir qu'il leur faut conserver à la salade son rôle essentiel : rafraîchir le palais, reposer les fonctions digestives. Une salade légèrement parfumée à la menthe pourra suivre un gigot d'agneau rôti, mais jamais une grillade. Pourquoi ? Le Français répondra avec logique qu'une telle succession est tout simplement impensable. Une salade avec une pointe d'ail pourra être servie après des tomates à la provençale ou une ratatouille. Ces deux cas particuliers n'empêchent pas les Français en général de préférer que la salade soit servie telle quelle et que l'action magique des fines herbes s'exerce dans les autres plats.

Habituellement, la salade est tournée d'abord doucement pour que ses éléments s'imbibent de l'assaisonnement qui se trouve au fond du saladier, puis on agite plus énergiquement. Quelques voyageurs se

souviennent encore des accortes serveuses qui, dans les dernières années du siècle précédent, poussaient dans les « Bouillon Duval » parisiens un chariot jusqu'à la table du client et qui enfonçaient jusqu'aux coudes leurs bras nus dans le saladier pour tourner la salade. Certaines salades sont si remuées qu'on les dit même « fatiguées », mais la durée de cette phase de la préparation dépend de la dureté de la salade, de la dextérité de la personne qui officie et du goût du consommateur.

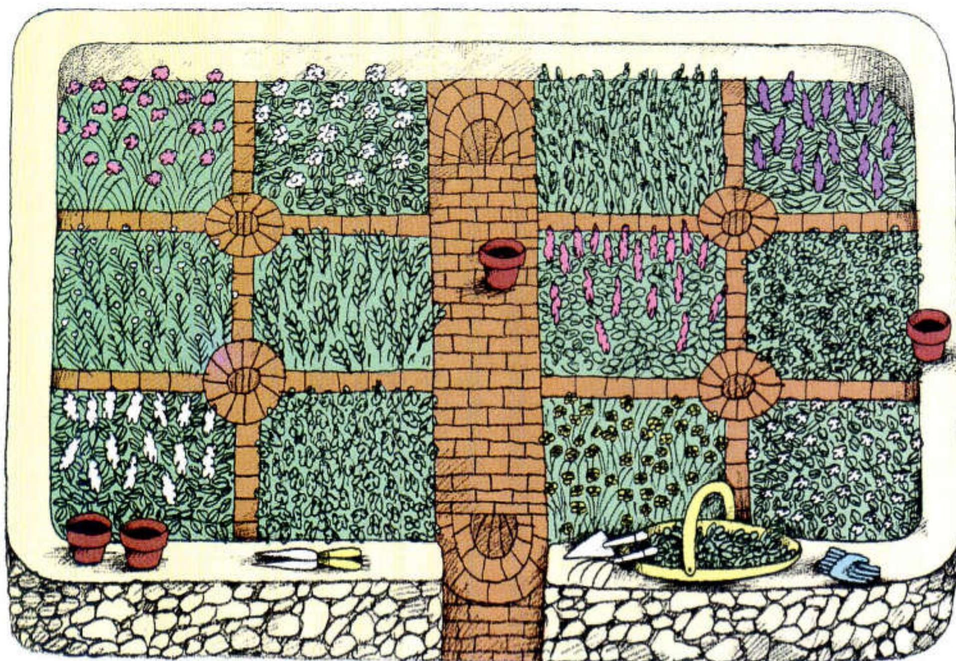
Pendant plusieurs mois, j'ai vécu sous le charme de la cuisine d'une amie, particulièrement experte en la matière. Parmi ses secrets, j'en ai retenu un : lorsqu'elle faisait cuire une côte de mouton, de bœuf, de porc, ou rôtir un poulet, elle prélevait quelques cuillerées de sauce qu'elle ajoutait à la salade, juste avant de la tourner. Ce procédé permettait de retrouver dans la salade certaines délicates saveurs du plat précédent et cette façon de faire, quoique classique, donnait un excellent résultat.

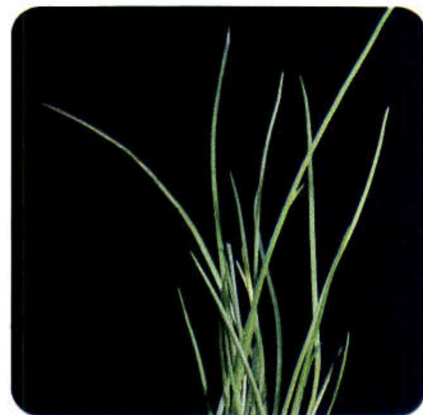
C'est à Marseille que j'ai eu l'occasion d'assister à un véritable numéro d'assaisonnement de salade. Je traitais un ami au restaurant et il demanda au maître d'hôtel de ne pas mettre d'ail dans la salade. Très affable, le maître d'hôtel s'empressa de préparer la salade sous nos yeux, mais il se débrouilla pour écraser au moins trois grosses gousses d'ail bien fraîches dans le saladier, en dépit des consignes reçues. Il commença par saler leur jus, ce qui figea l'arôme de l'ail, puis il ajouta un peu de moutarde, du vinaigre et de l'huile d'olive, battant le tout comme pour préparer une mayonnaise.

Il en résulta un assaisonnement homogène, assez épais, d'un beau jaune opaque et plutôt piquant, sans que l'on puisse percevoir les relents si puissants de l'ail (*). Jamais je n'ai goûté meilleur assaisonnement, avoua mon ami, en dégustant ces cœurs de laitue, enrobés de l'onctueuse sauce. J'acquiesçai; le maître d'hôtel me remercia d'un petit coup d'œil en biais comme pour apprécier mon impassibilité. Notre complicité tenait un peu de la trahison, mais une question d'orgueil était en jeu : qui peut demander à un Marseillais de s'abstenir de mettre de l'ail dans un plat quelconque ?

La préparation de la salade a son cérémonial : c'est peut-être chez mon ami Georges que j'ai assisté — oh ! pas assez souvent à mon gré — à la forme la plus simple et la plus lente de ce rite. Une fois la table débarrassée de tous les éléments antérieurs du déjeuner, à l'exception du pain et du vin nécessaires à la dégustation des fromages, deux saladiers identiques étaient disposés devant le maître de maison; l'un était vide, l'autre plein de salade verte. Le vinaigre de vin, l'huile, le sel, le poivre et éventuellement la moutarde, se trouvaient à portée de sa main. Mêlant les divers ingrédients, Georges, sans hâte, préparait l'assaisonnement dans le saladier vide. Après s'être assuré, en le goûtant, que son assaisonnement était prêt, il déposait dans la mixture une poignée de salade, qu'il tournait avant de la pousser de côté; ensuite, il recommençait avec une nouvelle poignée de salade et répétait l'opération jusqu'à ce que chaque feuille fût délicatement imbibée, tout en demeurant pratiquement intacte. Le spectacle était passionnant. Pour peu qu'il dispose d'une bonne salade, de l'assaisonnement convenable et qu'il fasse preuve de la dextérité voulue, n'importe qui peut procéder de la sorte; il n'est pas de meilleure manière pour se mettre en condition et s'apprêter à savourer la suite du repas.

(*) - Il me semble douteux que le goût d'ail disparaisse tout à fait. (N. du P.).





LA CIBOULETTE : une parente de l'oignon, au goût délicat. Sa longue tige, qui doit être coupée fréquemment, se marie très bien à la salade et fait de jolies garnitures.



LA SARRIETTE : en raison de son goût chaud et piquant, la sarriette, qui se rapproche de la menthe, constitue un accompagnement traditionnel pour certains légumes (haricots verts ou petits pois).



LE BASILIC : une herbe rafraîchissante de la famille des menthes. Il est utilisé avec les tomates ainsi qu'avec les œufs, les fruits de mer et les poissons dans une sauce dite pistou.

Un jardin-potager miniature

Les plantes aromatiques se cultivent aisément. Ces fines herbes sont bien plus parfumées si on les emploie fraîchement cueillies et il est donc très intéressant de les cultiver soi-même.

Le dessin ci-dessus représente un jardin comportant les 12 espèces de fines herbes employées dans la cuisine française. Les photographies sont disposées de façon à faire ressortir l'emplacement de chacun de ces aromates dans le jardin. Situé à proximité de la cuisine, ce petit potager n'exige qu'un espace réduit et ne requiert pas des soins très compliqués. Il suffit que le sol soit bien drainé, le terrain très ensoleillé et que les plantes reçoivent un arrosage régulier.

Si l'on n'a pas la place nécessaire, on peut se contenter de faire pousser des fines herbes dans des pots sur une terrasse, voire sur quelque rebord de fenêtre ensoleillée. Si, fraîches, ces herbes sont particulièrement aromatiques, elles peuvent être aussi séchées et mises de côté pour emploi ultérieur. Dans ce second cas, il y a lieu de cueillir les herbes de bonne heure le matin et de les faire sécher au soleil pendant plusieurs heures. Ensuite, on les attachera en bouquets, que l'on suspendra la tête en bas, ou on les étalera sur un grillage fin, disposé à une certaine distance du sol de façon à assurer une bonne circulation d'air (maintenir la pièce dans une semi-obscurité).

Certaines de ces plantes sont vivaces, d'autres annuelles et quelques rares herbes ont un cycle de deux ans. Dans ce jardin, on a planté *(rangée supérieure, en partant de la gauche)* de la ciboulette, des origans, du romarin, de la sauge. Des plantes vivaces occupent la seconde rangée; il s'agit de la sarriette, de l'estragon et du thym. Sur cette rangée, on trouve aussi du persil, qui est bi-annuel. A la rangée inférieure, ne figurent que des plantes annuelles : du basilic, du cerfeuil, du fenouil et de la marjolaine.



L'ORIGAN : aromate puissant, légèrement amer. Son goût convient particulièrement aux plats méditerranéens, à base de tomates ou de courgettes.



LE ROMARIN : sa saveur fraîche et douce s'associe particulièrement bien aux viandes; il faut l'employer avec parcimonie, parce que chauffé il dégage une huile âcre.



LA SAUGE : très aromatique, elle a un goût légèrement amer; utilisée généralement pour rehausser la farce d'une volaille, elle peut accompagner du porc ou des saucisses.



L'ESTRAGON : a une vague saveur de réglisse. On l'emploie pour parfumer les vinaigres, mais aussi pour relever les poissons et les volailles.



LE THYM : très aromatique et au goût piquant, le thym doit être utilisé judicieusement. Cette herbe est pratiquement employée dans toutes les soupes et ragoûts.



LE PERSIL : a une saveur légèrement poivrée. Est très apprécié, tant pour embellir les plats, que pour enrichir la saveur d'une soupe, d'une salade, d'un ragoût, etc.



LE CERFEUIL : c'est un cousin du persil; fraîches, ses feuilles accompagnent les salades mais, séchées, elles se marient fort bien aux œufs, aux crèmes de potage et aux poissons grillés.



LE FENOUIL : sa saveur rappelle la réglisse, sa racine et sa tige peuvent être consommées crues ou cuites. On emploie ses feuilles et ses graines pour parfumer les poissons, les soupes, les salades et les sauces.



LA MARJOLAINE : membre de la famille des menthes, elle est très aromatique et légèrement amère; elle rehausse agréablement les volailles, les viandes d'agneau et les légumes.



XII

Fromages, fruits, vins : les plus purs plaisirs de la table

En France, il existe des saisons pour certains fromages, exactement comme pour les fraises, les petits pois, l'agneau. Mais, de même que pour les légumes, l'emploi de nouvelles techniques, en matière de transport et de conservation, a permis d'allonger ces saisons. Aujourd'hui, certains fromages parmi les plus rares se trouvent chez l'épicier d'un bout à l'autre de l'année et, simple exemple, le camembert est exporté en boîtes métalliques, de façon à se conserver au mieux de sa forme. Toute région où paît un animal quelconque donnant du lait produit son genre de fromage frais ou fait. Il est fabriqué à partir de lait de vache, de brebis, de chèvre; il y a des fromages purs ou mélangés, des fromages crémeux ou secs. La consistance est essentiellement variable : elle peut être ferme, molle, rugueuse, humide ou dure comme du marbre.

Un fromage moelleux, juste à point — en l'occurrence du coulommiers —, accompagné d'un morceau de pain et suivi d'un fruit, le tout arrosé d'un verre de bon vin, constitue une fin de repas très appréciée des Français, de préférence à un dessert sucré.

La Normandie fournit le camembert, le roi des fromages, à mon sens; ainsi que l'excellent pont-l'évêque, le livarot et les petits-suisses, doux et crémeux. Dans le Rouergue, le lait de brebis permet de faire un grand fromage, le roquefort, qui est entreposé dans des caves où l'air humide développe un puissant agent de moisissure, apparenté à celui que contient la pénicilline. Les autres fromages « bleus » sont à base de lait de vache, et on en produit en France ainsi que dans d'autres pays comme le Danemark, l'Italie, l'Angleterre et les États-Unis; mais le vrai roquefort est obligatoirement originaire du Rouergue. Non loin de là, l'Auvergne produit trois spécialités très différentes, la tomme, la fourme d'Ambert et le cantal, un fromage à la texture serrée, à la croûte dorée. Accompagnée de pain et de beurre, il est exquis, mais on peut également le consommer avec des vins assez simples, alors que le camembert et le roquefort exigent à bon droit un bourgogne ou un bordeaux de grande

classe (*). D'un beau jaune, le brie de l'Ile-de-France, à la pâte légèrement salée, a été parfois surnommé le fromage des diplomates. Une légende veut qu'au Congrès de Vienne Talleyrand ait fait venir de France quelques beaux bries, qui furent responsables de ses victoires diplomatiques sur les membres de la coalition victorieuse de la France.

Les multiples usages du fromage

Le fromage, soit cuit, soit simplement chauffé, peut entrer fort agréablement dans la composition des plats d'un repas bien équilibré; il leur assure de la consistance, de la saveur, autrement dit de l'intérêt. Le fromage peut être incorporé à une omelette, à un soufflé, à une quiche servie au dîner comme entrée, mais parfois le plat principal d'un dîner ou d'un déjeuner plus léger sera à base de ce produit. Il constitue l'élément essentiel d'innombrables sauces et il ajoute du goût, ainsi qu'une belle couleur dorée aux plats, que l'on fait passer au gril ou au four à la dernière minute.

Cependant, les fromages, servis en tant que tels, ne sont présentés qu'après que le repas a atteint son point culminant; le contraire serait inconcevable pour un Français. Alors, le moment est venu de finir les derniers morceaux de pain. Dans les familles, si les fromages ne sont suivis que de fruits, la ménagère ajoutera quelques morceaux de pain dans la corbeille qui est posée sur la table. A de rares exceptions près, en France le fromage se mange toujours avec du pain. Par exemple, le cœur à la crème, un fromage blanc en forme de cœur, ne sera accompagné que de fraises nature, si possible de fraises des bois, et de petites galettes ou gâteaux secs. Ce mets relève d'une sorte de compromis, car il combine les trois éléments de la fin d'un vrai repas français, à savoir, le fromage, les fruits et un dessert. Dans le même ordre d'idées, en Alsace, on m'a souvent servi un vacherin. Il s'agit d'un dessert aux éléments compliqués, comprenant de la crème fouettée, glacée, une glace, de la meringue et parfois de la crème chocolat (mais il existe aussi d'autres variantes), que l'on sert dans les grands restaurants. En réalité, le vacherin que j'ai mangé, tant à Strasbourg que dans les Vosges, se composait tout simplement d'un suave mélange de fromage blanc et de crème, que la cuisinière mettait à glacer sur le rebord de la fenêtre pendant quelques heures; le tout était accompagné de confitures et de gâteaux secs (**).

Autre compromis du genre : les Français mangent souvent les petits-suisses d'une manière spéciale. Parce que considérés comme moins riches que les autres fromages, les petits-suisses sont catalogués dans les mets à servir aux enfants et aux personnes âgées. Cependant, ils constituent d'exquis desserts, surtout si on les prépare en les recouvrant de sucre et en les écrasant dans de la crème fraîche, jusqu'à constituer un onctueux mélange, à savourer avec le dernier petit morceau de pain. C'est ainsi que j'ai d'abord appris à les manger, mais aujourd'hui j'avoue que cette recette donne un résultat trop sucré. Après un

(*) - Les amateurs se gardent bien de prendre du beurre avec leur fromage mais, si beurre il y a, il convient mieux au roquefort qu'au cantal, très gras naturellement. Cette énumération est fort incomplète qui oublie totalement les fromages de Savoie, du Jura et les chèvres de la vallée de la Loire (entre autres). Mais l'erreur grave est de recommander un grand vin avec le roquefort. Tous les fromages forts « tuent » le vin, depuis le vieux Lille puant, le munster alsacien, jusqu'au maroilles et à la cancoillote. (N. du P.).

(**) - L'auteur a peut-être confondu le vacherin-pâtisserie dont elle donne plus haut la recette et le vacherin-fromage, si crémeux qu'on le mange à la cuiller. (N. du P.).

tel mets, qui relève d'un menu un peu enfantin, on ne saurait manger un dessert, sauf peut-être quelques grains de raisin rafraîchis et bien croquants. Cette initiation, si j'ose dire, aux petits-suisses intervint durant un séjour de trois ans à Dijon et je me revois encore grapillant quelques raisins secs ou deux ou trois dattes, après avoir mangé mon petit-suisse à la crème — un dessert généralement hivernal — puis courant à l'école, aussi fraîche qu'un bouton d'or, pour y suivre quatre heures de cours au moins.

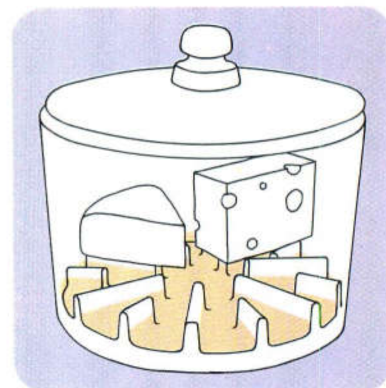
Dès qu'il est question de fromages, on ne peut s'empêcher de parler de vins, surtout en France, un pays dont la gamme des crus est d'une richesse prodigieuse. Dans d'autres pays, la carte des vins se résume pratiquement à un ou deux crus — le *Tokay* en Hongrie, le *Constantia* en Afrique du Sud, en Allemagne, les vins de la région du Rheingau et des bords de la Moselle. Mais aucun pays ne peut se targuer de posséder un choix aussi somptueux que la France.

Cette abondance résulte en partie du fait que, depuis plus de deux mille ans, la vigne est à l'honneur sur cette terre. Autre facteur, le climat. L'Italie et la Grèce font également du vin depuis deux millénaires, mais leur climat n'est pas aussi propice à l'obtention d'un raisin, contenant assez de sucre pour produire du vin, mais retenant assez d'éléments acides pour qu'il soit de qualité.

Cependant, le mérite revient par dessus tout aux vignerons qui, avec la ténacité inhérente au caractère français, ont su, au prix d'incessants tâtonnements, perpétuer et améliorer des races de vignes particulièrement adaptées à telle ou telle localité. Ainsi, on trouvera du pinot noir à maturation rapide dans les régions les plus septentrionales de la Champagne ou de la Bourgogne et, quelques dizaines de kilomètres plus au sud, un chardonnay plus tardif, s'épanouissant sur des versants bénéficiant de quelques minutes d'ensoleillement supplémentaire chaque jour. Dans le Bordelais, le Cabernet Sauvignon peut être considéré comme le plus noble des vignobles, tandis que la région de la Loire sera propice au Chenin blanc et, sur les bords du Rhône, les vignerons préféreront le Petit Syrah et le Viognier, ce dernier bien moins connu du public.

Cette association des diverses espèces de vignes au climat et au sol a fait l'objet d'une véritable législation amorcée par la délimitation de la Champagne en 1911. Dès 1935, l'appellation d'origine contrôlée permettait de définir, un peu partout en France, les régions vinicoles les plus favorisées et ce travail fut complété en 1949 par la classification des vins délimités de qualité supérieure, qui ne sont pas toujours de second ordre. (On trouvera en appendice une liste complète de ces appellations contrôlées.) L'Alsace, la dernière grande région vinicole française à échapper à cette codification des crus, demanda en 1960 l'adoption de ce genre de législation. Le processus est actuellement en cours.

Frais, séchés ou en conserve, les fruits jouent un rôle essentiel dans toute cuisine provinciale; à la bonne saison, ils constituent un élément capital d'un repas, et ils sont particulièrement exquis lorsqu'on vient de les cueillir au verger ou à la vigne. Un peu partout, de l'Alsace au Périgord, on en fait de merveilleuses tartes. En Normandie, au cœur de son royaume, la pomme entre dans la composition des entremets, mais accompagne aussi les viandes et constitue la base de nombreux gâteaux. Il en est de même des prunes, en Touraine. Partout le clafoutis, simple crème battue et sucrée, cuite sur les fruits, paraît sur la table dès l'époque des cerises mais, dans le Sud, autour de Bordeaux, les reines-claudes sont meilleures que dans n'importe



Pour conserver un fromage en l'empêchant de devenir trop fait, le mieux est de le disposer dans un récipient en verre ou en plastique, muni d'un couvercle hermétique, et dont le fond porte des canelures. On versera dans le fond du récipient un peu de vinaigre allongé d'eau, pour conserver au fromage son moelleux. Les canelures empêchent le fromage d'être en contact avec la solution de vinaigre.

quelle autre région du monde et on les marie au raisin pour faire des clafoutis (*). Un peu plus à l'ouest, dans le pays basque, ce même dessert est à base de raisins doux — du muscat par exemple — et de pommes. C'est en Franche-Comté que j'ai mangé le meilleur des clafoutis; les cerises dénoyautées boursouflaient la pâte dorée de la surface et formaient de belles taches violettes. Je pense qu'on les avait fait tremper un certain temps dans du kirsch. Dans la région du Nord, près de la frontière belge, des cerises confites dans du vinaigre accompagnent parfois la viande, de même que les pommes en Normandie et en Bretagne.

Une liqueur aussi délicieuse qu'explosive

A la campagne, on m'a souvent demandé de goûter la liqueur ou l'alcool de la maison. Généralement, en Provence comme en Ile-de-France, il s'agissait d'un bon alcool, adouci parfois par la présence d'une cerise, non équeutée (et cueillie sur un arbre fruitier du domaine). Le truc, si j'ose dire, consiste à déguster pour commencer la liqueur, que quelques années de contact intime avec les cerises auront parfumées, puis à suçoter cette cerise d'un aspect plutôt triste et qui, entre la langue et le palais, semble s'enfler davantage encore; elle contient dans sa pulpe tout le feu de l'alcool dans lequel elle a macéré si longtemps. Cette coutume est intéressante et, à ma connaissance, il s'agit là d'une habitude campagnarde. Je suis certain que si j'habitais à la campagne et que je possédais un cerisier, je préparerais pour mes hôtes ce breuvage explosif.

Presque toujours le vin qui a accompagné les divers plats, ou tout au moins le plat principal, se finit au fromage et, par conséquent, il influe sur le choix des fromages à servir. Il serait stupide de servir un fromage fort, un roquefort ou un munster, si auparavant l'on a bu un vin blanc sec, pour accompagner une omelette suivie d'une sole meunière. Le palais est encore tout imprégné de la saveur de l'œuf et de celle du poisson, ainsi que du bouquet du vin, et le combat qui se livrerait contre les fortes saveurs du fromage serait désastreux. Un doux gruyère, un port-salut, voire un inoffensif petit-suisse seront plus indiqués de toute façon. Si la maîtresse de maison dispose d'un bon camembert à point, d'un roquefort bien fait, ou de quelque autre fromage assez fort, elle choisira un vin rouge corsé, un très bon bourgogne, par exemple, et si possible au menu elle mettra un bœuf bourguignon ou un faux-filet, qui permettra à ce même vin de jouer un rôle honorable dès le plat principal. Après que les papilles gustatives et les sucs gastriques ont subi cet assaut délicieux, la fraîcheur d'un fruit s'impose évidemment, à moins de prolonger le repas et de le faire suivre d'un long moment de détente ou d'une petite sieste.

Pour peu que l'on sorte des sentiers battus des *puddings* et des pâtisseries anglo-saxones, les desserts peuvent être amusants. Cependant, nombre d'entre nous rêvent de trouver un petit restaurant et de finir notre repas sur un bon fromage et un fruit en vidant le fond d'une bouteille de sancerre, parce que semblable terminaison ne réserve aucune désillusion. Nous autres Anglo-Saxons, qui avons l'habitude de prendre le repas principal le soir, nous sommes tout naturellement prédisposés à savourer une telle fin de dîner : la dernière bouchée de fromage et de pain, une ultime goutte de vin, quelques grains de muscat dont la fraîcheur s'attarde sur le palais.

(*) - Voir page 10 ce que nous disions du vrai clafoutis. (N. du P.).

Vingt et un fromages, parmi les meilleurs du monde

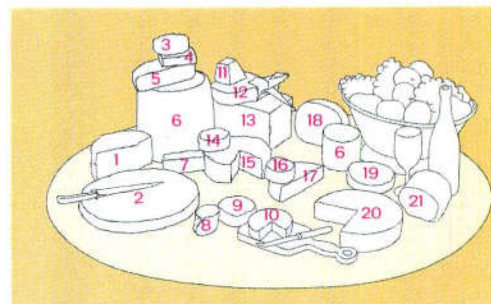
Du point de vue de la forme, du goût et de la consistance, les fromages français sont particulièrement variés. Cette supériorité n'est pas seulement numérique : les fromages de France ont une qualité universellement reconnue. La photographie en couleurs de la page suivante montre vingt et un des plus fameux fromages de France et le schéma à droite permet de les repérer. Ci-après, nous décrivons les caractéristiques essentielles qui ont valu son renom à chaque fromage.

Le camembert bien fait a une croûte d'un jaune pâle orangé, aux arêtes d'un blanc poudreux; sa pâte est jaune clair et presque coulante. Le brie, presque aussi populaire que le camembert, a également une pâte molle, mais d'une saveur particulière. A point, sa consistance, bien qu'un peu plus satinée, rappelle celle du camembert. Le coulommiers, qui s'apparente au brie, doit être consommé un peu plus frais; sa pâte est plus ferme que celle du brie, son goût se rapproche de celui du camembert.

Le roquefort, au goût un peu salé et piquant, a une croûte grisâtre, une pâte onctueuse, blanche et tachetée de points d'un bleu-vert. Le bleu de Bresse a également une pâte veinée de bleu. Le cantal, qui rappelle le *cheddar* anglo-saxon, a une pâte mi-dure d'un jaune citron clair. Le saint-paulin, proche du port-salut, un fromage initialement produit par des trappistes, possède une pâte à la saveur très douce et fondante comme du beurre, recouverte d'une croûte assez dure. Le reblochon cache sous sa croûte jaune-orange une pâte molle et fondante, aux teintes crémeuses; sa consistance rappelle celle du camembert, mais ce fromage n'a pas tendance à couler. A cause de sa douceur, il est tout indiqué pour l'étranger, qui désire s'initier aux fromages français et dont le palais a été quelque peu abîmé par des fromages industriels. Le beaumont et le dauphinois ont un goût similaire à celui du reblochon. La tomme de Savoie, également à recommander pour les palais inexpérimentés, possède un parfum assez doux et une pâte mi-dure. Le pont-l'évêque, sous sa croûte à la forme carrée, cache une pâte jaune pâle, au parfum à la fois riche et fort. Le comté est un gruyère français mais présentant des trous; d'un jaune brunâtre, sa croûte légèrement granulée est rugueuse. La pâte est jaune ivoire.

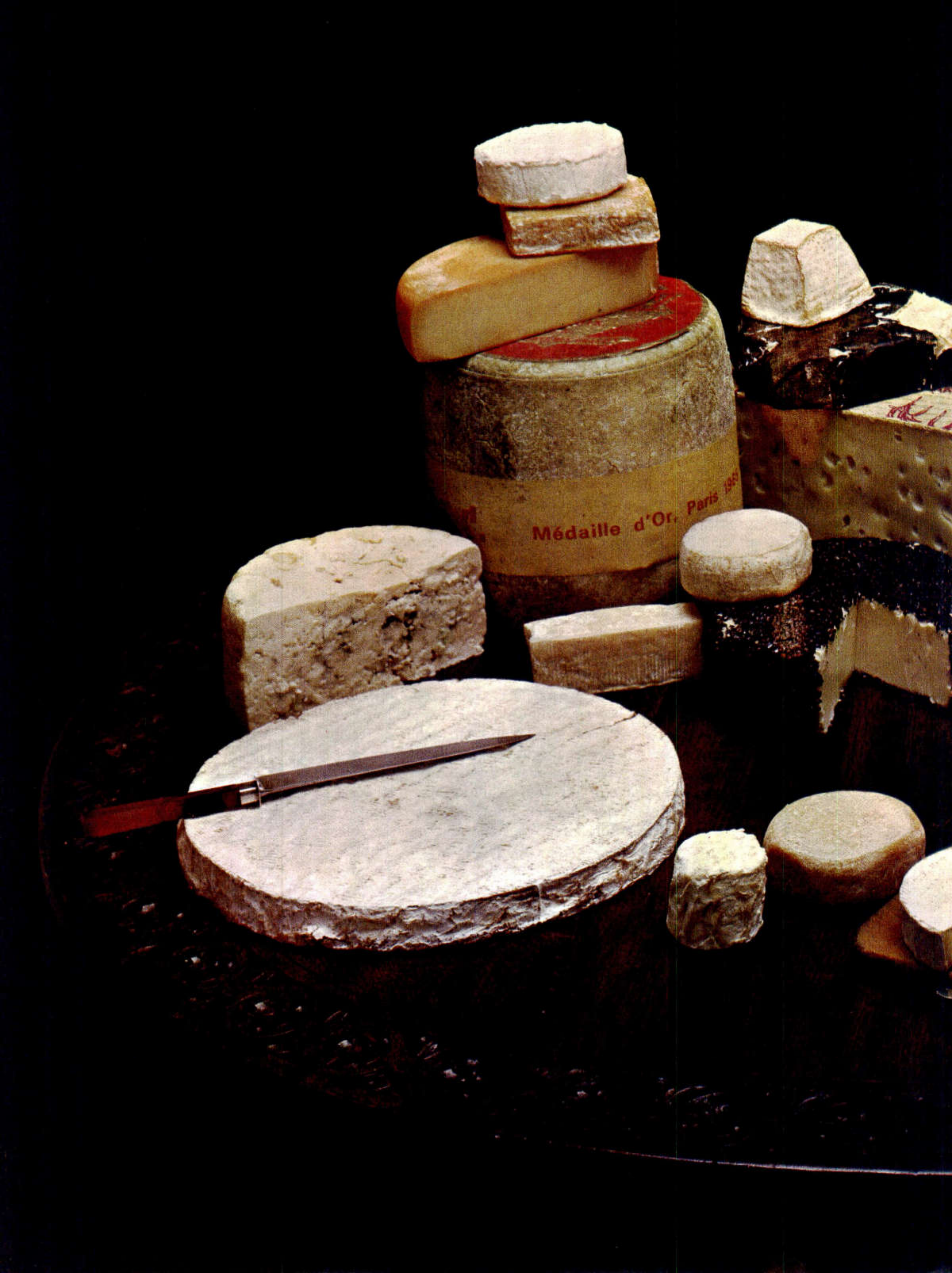
Le sainte-maure, le valençay et le saint-marcellin sont des fromages de chèvre, généralement crémeux et que l'on consomme assez frais; ils ne sont guère exportés. Le munster, à la pâte semi-dure, a un fort parfum et un goût âcre. Le boursin triple-crème et quelques autres fromages industriels sont des fromages frais, extrêmement riches qui, le plus souvent, se mangent sans pain.

Tous ces fromages doivent être servis chambrés; il faut donc les retirer du réfrigérateur deux ou trois heures avant le repas. Suivis d'un fruit, ils forment un dessert léger et c'est de la sorte qu'on les déguste généralement; cependant, ils peuvent être consommés après un hors-d'œuvre, lorsqu'à midi on se contente d'un repas très léger.



Les fromages que présentent les illustrations des deux pages qui suivent sont énumérés ci-dessous :

1 - Roquefort
2 - Brie de Meaux
3 - Camembert
4 - Pont-l'Évêque
5 - Saint-Paulin
6 - Cantal et Petit Cantal
7 - Sainte-Maure
8 - Belle Étoile triple-crème
9 - Le Dauphinois
10 - Coulommiers
11 - Valençay
12 - Saint-Marcellin
13 - Comté
14 - Reblochon
15 - Fromage au marc de raisin
16 - Boursin triple-crème
17 - Beaumont
18 - Mimolette
19 - Munster
20 - Tomme de Savoie
21 - Bleu de Bresse


Médaille d'Or, Paris





XIII

Les desserts : l'ultime touche du repas

Les pâtisseries, qui ne font et ne vendent que des gâteaux, sont en voie de disparition un peu partout dans le monde, mais ce genre de commerce demeure intimement lié au mode d'existence des Français.

Les jeunes filles françaises, du moins pour la plupart, savent préparer un petit dessert léger, voire une belle pièce, qui honorera la fin d'un repas. Qu'un invité survienne à l'improviste, et elles iront chercher quelques gâteaux chez un de ces pâtissiers. Quelques-uns de ceux-ci confectionnent aussi des bouchées à la reine, des barquettes au fromage ou des pâtés en croûte, à servir en hors-d'œuvre. En règle générale, chaque pâtissier se flatte d'avoir sa spécialité : la meringue, dont la forme et les dimensions varient à l'infini, la pâte brisée, qui permet sur commande de réaliser des gâteaux de toutes les formes imaginables. Un panneau décore souvent la vitrine de la pâtisserie, et annonce que le vendredi on vend des tartes à l'oignon, ou que le samedi on peut commander des biscuits au chocolat, à prendre à la sortie de la messe, le dimanche.

Le plus souvent, la ménagère française se fie à ses capacités; habituellement, le dessert sera constitué d'un fruit, servi après le fromage.

Parfois, la mère de famille aura envie de préparer une crème au caramel; d'instinct elle sait utiliser le même moule que sa grand-mère, elle connaît à l'avance le goût qu'aura ce dessert et le temps qu'il lui faudra pour que le repas ne soit pas en retard. Si elle a acheté de bonnes pommes ou de bonnes poires, elle les fait cuire au four, dans du vin rouge ou dans du cidre, et elle les décore d'un peu de confiture. En un tournemain, l'été, elle prépare une compote quelconque; les fruits doivent être amenés rapidement à ébullition dans un sirop d'eau et de

L'auberge des Essarts le Roi, à proximité de Paris, était un restaurant typique du genre; on y préparait des tartes aux fraises et au fromage. Pour que leur pâte demeure croquante, les tartelettes de pâte brisée cuites à vide ne sont garnies de fraises qu'à la dernière minute.

sucre, qu'éventuellement elle rafraîchira et fera réduire. En hiver, les fruits secs remplaceront les fruits frais.

La base d'innombrables gâteaux

En pâtisserie, on utilise deux types de pâte : la pâte brisée (qui permet de fabriquer des quiches et des tartes) s'emploie également dans la fabrication des desserts à condition de la sucrer; la pâte à choux, une pâte plus légère, faite de lait, d'œufs et de sucre (*).

Les gâteaux français sont très particuliers; glacés, ils sont généralement ronds ou carrés. Le pâtissier les garnit intérieurement et les décore à sa guise ou selon des traditions régionales. Les grands gâteaux — pour six ou huit convives — ne sont pas aussi hauts que dans les pays anglo-saxons; épais de 4 à 5 cm, ils renferment une couche intérieure de confiture ou d'un ingrédient quelconque et sont très décorés.

La maîtresse de maison confectionne surtout des biscuits assez spongieux, qui n'ont rien à voir avec les biscuits anglo-saxons, à la pâte croquante ou sèche, ou levée au bicarbonate de soude. Parfumés à la vanille ou au chocolat, ces gâteaux ont deux ou trois centimètres d'épaisseur. Ils se mangent tels quels, mais on peut les poudrer de sucre ou les fendre, pour les garnir de crème pâtissière; ils sont glacés ou non. La pâte permet de faire des petits fours, enrichis de diverses façons. Cette pâte est facile à réaliser, pour peu que la cuisinière comprenne qu'il lui faut bannir les produits tout préparés et qu'il lui suffit de battre les blancs d'œufs dans sa crème.

Toutes les Françaises savent faire une crème anglaise et cette recette est très en honneur.Certes, une cuisinière vous avouera généralement qu'elle peut préparer une crème anglaise à partir d'un produit tout fabriqué et à condition de lui incorporer quelques ingrédients, un peu de liqueur, par exemple. Rien ne vaut la vraie crème anglaise qu'en France on prépare depuis des siècles et bien avant que l'on ait adopté cette appellation. La crème anglaise liquide enrobera les fruits pochés; plus épaisse, on l'utilise pour emplir le fond d'une tarte. Plus épaisse encore et parfumée en fonction du gâteau, elle est disposée en couches ou utilisée en couronne, auquel cas elle prend le nom de crème pâtissière.

Nous avons vu que le soufflé constitue un hors-d'œuvre ou une entrée; il sert également de dessert. Une fois que l'on a appris à confectionner ce plat, il devient un élément fondamental du menu. La plupart du temps, le soufflé servi en dessert est composé en fonction des mets qui le précèdent mais il demeure un entremets simple, relevant des variations que l'on peut obtenir avec la vanille, ou des jus de fruits.

Le dessert est souvent accompagné d'une sauce, parfumée aux fruits ou à la liqueur. On incorpore également des liqueurs au soufflé lors de sa cuisson. On ajoute aussi des éléments susceptibles d'accuser le parfum de la liqueur, par exemple de l'écorce d'orange râpée dans le cas du Grand Marnier. Certains soufflés sont rehaussés de fruits confits, marinés dans une liqueur et finement hachés; une simple sauce à la vanille les accompagne.

Le meilleur des desserts que j'ai jamais mangés était constitué de crêpes et d'un soufflé au citron. Ces crêpes étaient extrêmement fines et légèrement dorées. Très parfumé au citron, le soufflé était disposé

(*) - On peut également mentionner la pâte sablée, importante pour les tartes, et la pâte feuilletée, la plus «grande», l'incomparable, délicate à réussir, usant énormément de beurre et, comme telle, coûteuse et moins digeste (la pâte feuilletée à la margarine est une hérésie), mais indispensable à tous les feuilletages salés ou sucrés, des entrées aux grands desserts. (N. du P.).

sur la moitié de la crêpe, et l'autre moitié formait rabat. Ces « crêpes-soufflés » étaient cuites au four sur un large plat métallique et, une fois exactement à point, apportées à table à raison de deux soufflés par personne. On les poudrait de sucre (*).

Étant donné la gamme des desserts et entremets que les cuisinières françaises sont capables de réussir, on peut s'étonner que ce genre de plat soit servi si rarement; la tendance serait plutôt de les assortir aux mets des services précédents pour en accuser les saveurs. Lorsqu'un très grand dessert est projeté au menu, la succession des plats, appelés à le précéder, est combinée en fonction de la nature de ce dessert. La technique est semblable à celle des Bordelais, choisissant les éléments d'un déjeuner en fonction du grand cru qu'ils veulent déguster; du moins, telle était la tradition dans une famille alsacienne que j'ai connue et où le grand-père se flattait d'être le doyen des pâtissiers de l'Alsace et de la Lorraine. « Papazi » — tel était son surnom — était fier de son diplomate au kirsch, un dessert cuit au four, mais en partie glacé, en partie rafraîchi. Certes, il s'agissait d'un chef-d'œuvre, et sa fille combinait le menu de telle sorte que les parfums, saveurs et arômes des autres mets ne pussent gêner le plein épanouissement de ceux du diplomate au kirsch.

Le dessert orgueilleux

Le diplomate est un pudding compliqué à réaliser, comportant des fruits confits et parfumé à la liqueur; une crème anglaise l'accompagne. Papazi en faisait un véritable édifice, une construction délicate; ses couches successives faites de fins biscuits clairs étaient imbibés de kirsch. Choisies avec soin, les cerises qui le garnissaient étaient également imprégnées de kirsch. La crème au lait, la crème fouettée et les décorations de ce gâteau étaient également parfumées au kirsch. Je m'étonne encore que les couches de ce dessert aient pu être glacées tant elles étaient imbibées d'alcool. Quand, au bout de deux jours de préparation, ce monument quittait le moule métallique, pour dominer de toute sa hauteur le plat et récompenser notre attente, le parfum subtil qu'il dégageait rappelait si bien les vergers et les cerisiers lorrains que, seul sans doute, un maître pâtissier comme Papazi était capable de dire combien de tasses de kirsch ce chef-d'œuvre avait exigées. La crème anglaise, parfumée simplement d'un soupçon de vanille, enrobait le diplomate, haut peut-être d'une trentaine de centimètres.

Pour l'occasion, on sortait les plus belles assiettes à dessert, que que l'on disposait sur la nappe méticuleusement débarrassée de la moindre miette de pain. Couteau en main, Papazi opérait, tel un chirurgien devant un groupe d'étudiants en médecine. Sa fille présentait à chaque convive une saucière contenant de la crème au lait. Le respectueux silence se muait en un concert de félicitations et Papazi s'asseyait, lançant quelque joyeuse plaisanterie et donnant le signal d'un gai et bruyant après-midi dominical, ensoleillé par quelques verres de ce même kirsch. Ce dessert nous paraissait d'autant plus remarquable que, dans la famille de Papazi, nous avions droit d'habitude à des compotes ou à des crèmes très simples. De surcroît, il est bien agréable de pouvoir se flatter d'avoir connu un maître pâtissier.

(*) - Ce n'est pas un soufflé, mais un pannequet tel qu'il est servi chez Lasserre. (N. du P.).

Compote de fruits

Pour 4 personnes

3 verres d'eau
1 tasse de sucre
1 gousse de vanille
4 poires, pêches, prunes ou abricots mûrs mais sains et fermes, pelés, épépinés ou dénoyautés et coupés en deux

Dans une casserole, mettez l'eau, le sucre et la vanille. Portez à ébullition en mélangeant sans arrêt jusqu'à ce que le sucre soit absorbé par le liquide. Ajoutez les fruits, baissez le feu, laissez cuire doucement 15 à 20 minutes jusqu'à ce que les fruits soient cuits. Vérifiez la cuisson avec la pointe d'un petit couteau. Laissez refroidir les fruits dans leur sirop. Mettez-les ensuite dans un plat de service creux et profond. Placez dans le réfrigérateur jusqu'au moment de servir. Servez très frais.

Poires pochées au vin rouge

Pour 6 personnes

2 verres de vin rouge corsé
2 cuillerées à soupe de jus de citron
1 tasse de sucre en poudre
1 clou de girofle
6 petites ou 3 grosses poires mûres mais fermes, pelées, épépinées et coupées en deux

Dans une casserole en fonte émaillée, mettez le vin, le sucre, le jus de citron et le clou de girofle. Portez à ébullition en mélangeant jusqu'à ce que le sucre soit bien dilué. Ajoutez les poires, couvrez à moitié et baissez le feu. Laissez cuire 15 à 20 minutes jusqu'à ce que les poires soient cuites. Laissez tiédir les poires dans le sirop. Retirez le clou de girofle avant de servir les poires tièdes ou froides avec le sirop.

Pêches cardinal

Pour 8 personnes

6 verres d'eau
2 tasses de sucre en poudre
8 grosses pêches, mûres mais fermes, pelées, coupées en deux et dénoyautées
1 gousse de vanille

SAUCE CARDINAL
600 g de framboises
2 cuillerées à soupe de sucre en poudre
1 cuillerée à soupe de kirsch

CRÈME CHANTILLY
3/4 de tasse de crème fraîche glacée
2 cuillerées à soupe de sucre fin

GARNITURE
Framboises (facultatif)

Préparez un sirop avec l'eau et le sucre en poudre que vous mettez dans une casserole de 4 à 6 litres. Portez à ébullition, mélangez afin de faire dissoudre le sucre. Laissez cuire 3 minutes et baissez le feu. Ajoutez la vanille et les pêches que vous faites pocher 10 à 20 minutes, selon leur grosseur. Vérifiez la cuisson avec la pointe d'un petit couteau. Laissez tiédir et mettez le tout dans le réfrigérateur.

SAUCE CARDINAL : Réduisez les framboises en purée dans un chinois, avec le dos d'une cuiller. Récupérez le jus et la pulpe qui s'écoulent dans un récipient. Ajoutez le sucre et le kirsch, mélangez, couvrez et mettez dans le réfrigérateur.

CRÈME CHANTILLY : Fouettez la crème fraîche, ajoutez le sucre, continuez à fouetter jusqu'à ce que la crème ait une consistance assez ferme.

Dressez les pêches égouttées sur un plat de présentation. Nappez-les avec la sauce cardinal, décorez avec la crème Chantilly et quelques framboises. Servez très frais.



Pêches cardinal : des demi-pêches, recouvertes d'un jus de framboise et de crème Chantilly, sont servies dans une large coupe.

Clafoutis

Pour 4 à 6 personnes

- 1 verre 1/2 de lait
- 4 œufs
- 1/2 tasse de farine
- 1/4 de tasse de sucre en poudre vanillé
- 2 à 3 tasses de cerises noires dénoyautées (guignes)

Faites chauffer le four à 180°. Préparez la pâte au fouet à main ou électrique. Mélangez le lait, les œufs, la farine, le sucre, mettez en marche l'appareil électrique quelques secondes. Arrêtez. Détachez la pâte attachée au fouet avec une spatule. Remettez l'appareil en marche 40 secondes environ.

Si vous préparez la pâte au fouet à main, mélangez les œufs et la farine, ajoutez le lait petit à petit, le sucre et la vanille. Fouettez la pâte jusqu'à ce qu'elle soit bien lisse.

Beurrez un moule à tarte, répartissez dans le fond les cerises dénoyautées, versez la pâte par dessus; faites cuire 1 heure environ dans le four, jusqu'à ce que le clafoutis soit bien doré. Poudrez de sucre et servez tiède.

N. du P. : Personnellement, fidèle à la tradition, je ne dénoyaute pas les guignes. C'est plus amusant et plus naturel.

Mousse au chocolat

Pour 6 à 8 personnes

- 4 jaunes d'œufs
- 1/2 tasse de sucre en poudre
- 2 cuillerées à soupe de cognac ou d'armagnac ou de rhum ambré
- 170 g de chocolat en plaque
- 3 cuillerées à soupe de café soluble
- 8 cuillerées à soupe de beurre coupé en morceaux (environ 125 g)
- 1/2 tasse de crème épaisse fouettée en neige
- 4 blancs d'œufs

Huilez un moule rond à charlotte. Retournez-le sur une feuille de papier.

Avec un mixer, mélangez les jaunes d'œufs et le sucre jusqu'à ce que vous obteniez une pâte lisse et blanche. Vous pouvez faire le mélange avec un fouet à main.

Mettez ce récipient au bain-marie, laissez 3 à 4 minutes. Retirez et placez immédiatement dans un autre grand récipient contenant de la glace. Mélangez doucement avec une cuiller en bois jusqu'à ce que la crème épaississe.

Faites ramollir le chocolat au bain-marie, mélangez, ajoutez le beurre par petites quantités puis le mélange ci-dessus, les blancs d'œufs fouettés en neige ferme par petites quantités. Remplissez le moule à charlotte avec la mousse au chocolat. Laissez refroidir 4 heures dans le réfrigérateur.

Pour démouler la mousse au chocolat, passez la lame chaude (trempée dans de l'eau bouillante) d'un couteau autour de la mousse au chocolat sur les parois du moule. Trempez le fond très rapidement dans l'eau bouillante. Essuyez le moule et retournez-le sur le plat de service.

Décorez avec la crème fraîche fouettée en neige.





Pour décorer d'un chapeau un soufflé à la liqueur *(à gauche)*, on creuse une gorge autour de la partie supérieure du soufflé avant la cuisson *(ci-dessus)*.

Soufflé à la liqueur

Pour 4 personnes

- 3 cuillerées à soupe de sucre
- 2 cuillerées à soupe de beurre
- 5 jaunes d'œufs
- 1/4 de verre de liqueur de votre choix (Grand Marnier, Cointreau, Maborange, etc.)
- 1 cuillerée à soupe d'écorce d'orange fraîche, râpée
- 7 blancs d'œufs
- 1/4 de cuillerée à café de crème de tartre
- Sucre en poudre

Faites chauffer le four à 220°. Beurrez un moule à soufflé de 1 litre 1/2. Poudrez l'intérieur de sucre en poudre bien uniformément et retournez-le pour en faire tomber l'excédent. Mettez de côté.

Fouettez les jaunes d'œufs au fouet à main ou électrique. Ajoutez le sucre en poudre, continuez à fouetter jusqu'à ce que le mélange soit bien intime, jaune et épais.

Mettez dans un bain-marie où l'eau frissonne. Mélangez toujours avec une cuiller en bois jusqu'à ce que la température soit juste supportable au toucher et que le mélange soit bien épaissi. Ajoutez la liqueur et l'écorce d'orange, versez le tout dans un grand bol. Placez ce dernier dans un récipient contenant de la glace pilée avec de l'eau froide. Travaillez le mélange toujours avec une cuiller en bois jusqu'à ce qu'il soit froid.

Fouettez en neige très ferme les blancs d'œufs et la crème de tartre dans un récipient (il est préférable qu'il ne soit pas en cuivre). Mettez une grande cuillerée de blancs dans le mélange refroidi, mélangez. Ajoutez le reste avec précaution. Versez le tout dans le moule à soufflé beurré et sucré. Le moule ne doit pas être plein jusqu'au bord mais laissez un espacement de 5 cm. Égalisez la surface et faites un cercle autour du moule de 2,5 cm de profondeur avec une spatule. Mettez au milieu du four, laissez cuire 2 minutes, baissez le four à 200° et poursuivez la cuisson 20 à 30 minutes jusqu'à ce que le soufflé soit doré et bien gonflé. Servez aussitôt après l'avoir poudré de sucre.

Pour 8 à 10 personnes

PATE A CHOUX
1 verre d'eau
6 cuillerées à soupe de beurre coupé en petits dés
1 tasse de farine tamisée
1 cuillerée à café de sucre en poudre
5 œufs entiers
1/2 cuillerée à café d'eau

GARNITURE
1 tasse de crème double
3 cuillerées à soupe de sucre en poudre
1 cuillerée à soupe de vanille
350 g de chocolat coupé en petits morceaux
1/2 tasse de café
Sucre en poudre

Profiteroles

PATE A CHOUX : Sur feu vif, faites fondre le beurre et 1 verre d'eau dans une casserole de 3 à 5 litres. Mélangez de temps en temps. Lorsque le beurre est complètement fondu, retirez la casserole du feu et versez-y en une seule fois la farine et le sucre en poudre. Mélangez le tout avec une cuiller en bois jusqu'à ce que vous obteniez une pâte homogène. Remettez à feu doux, fouettez vigoureusement et laissez cuire 1 à 2 minutes, jusqu'à ce que la pâte se détache du fond de la casserole.

Retirez la casserole du feu, incorporez les œufs les uns après les autres en vous assurant bien chaque fois du mélange avant d'en ajouter un autre. La pâte terminée doit avoir un léger brillant et être bien homogène,

Chauffez le four à 220°. Beurrez légèrement deux grandes plaques allant au four. Mettez la pâte à choux dans une poche munie d'une douille simple et lisse de 6 mm à 1,5 cm de diamètre. Dressez les petits choux côte à côte sur les plaques en laissant un espace de 5 cm entre eux. Si vous n'avez pas de poche à pâtisserie, dressez les choux avec une bonne cuillerée à café de pâte.

Battez un œuf avec 1/2 cuillerée à café d'eau dans un petit bol jusqu'à ce qu'il soit bien monté. Avec un pinceau, badigeonnez les profiteroles. Mettez les plaques dans le four, laissez cuire 6 minutes. Baissez le four à 200°, continuez la cuisson 5 minutes.

Baissez à nouveau le four à 160°, laissez cuire encore 15 à 20 minutes jusqu'à ce que les profiteroles soient gonflées à point et d'un léger blond. Éteignez le four. Pratiquez une légère incision près du fond de chaque profiterole avec la pointe d'un petit couteau et laissez-les encore quelques minutes dans le four pour qu'elles sèchent. Retirez-les de sur la plaque et disposez-les sur une grille jusqu'à ce qu'elles soient froides.

GARNITURE : Une heure avant de servir les profiteroles, fouettez la crème double au fouet à main ou électrique. Ajoutez le sucre et la vanille en fouettant toujours, jusqu'à ce que le mélange soit bien épais.

Avec beaucoup de précaution, faites une fente sur la pointe ou sur un seul côté de chaque profiterole. Garnissez-les avec une bonne cuillerée de crème fouettée. Poudrez légèrement de sucre en poudre. Faites fondre le chocolat dans une petite casserole dans le café chaud, au bain-marie. Mélangez bien jusqu'à ce que vous obteniez une crème lisse. Versez cette sauce chocolat dans des petits plats individuels et posez à la surface les profiteroles, 2 ou 3 par personne. Ou bien, si vous préférez, mettez les profiteroles dans un grand plat et versez la sauce chocolat par-dessus.

N. du P. : C'est une méthode. Je préfère de beaucoup celle qui consiste à fourrer les profiteroles de glace à la vanille. De même, je préfère user de cacao, plus amer que le chocolat fondu. Le plaisir dégustatif vient de l'opposition entre la glace et le chocolat très chaud dont on nappe les profiteroles. C'est le principe de l'omelette norvégienne inventée par un Américain, Benjamin Rumford.

Paris-Brest

Pour 6 personnes

PATE A CHOUX (*voir recette page 190*)
1 œuf
1/2 cuillerée à café d'eau
3 cuillerées à soupe d'amandes blanchies émincées
2 tasses de crème double
1 cuillerée à soupe de sucre en poudre
1 gousse de vanille

Faites chauffer le four à 230°. Beurrez, farinez une plaque allant au four, retournez-la et frappez-la légèrement pour retirer l'excès de farine. Dessinez un cercle avec un ustensile rond que vous posez sur la plaque farinée. Garnissez une poche à pâtisserie de pâte à choux, fixez une douille unie et ronde assez grosse et coulez un cercle de pâte à choux sur la ligne tracée, de 5 cm de large et 2,5 cm de haut. Si vous n'avez pas de poche, disposez la pâte avec une cuiller et égalisez le cercle avec une spatule selon les dimensions ci-dessus. Mélangez l'œuf et l'eau au fouet, badigeonnez le cercle de pâte avec un pinceau. Parsemez d'amandes effilées. Glissez la plaque au centre du four, laissez cuire 10 minutes. Baissez la température du four à 160° et poursuivez la cuisson 20 minutes jusqu'à ce que le gâteau soit doré et bien gonflé. Éteignez le four. Faites une petite incision sur un côté du gâteau avec la pointe d'un petit couteau. Laissez 5 minutes dans le four, afin qu'il sèche. Retirez du four, fendez le gâteau en deux sur la hauteur et creusez soigneusement l'intérieur.

Une heure avant de servir, fouettez la crème jusqu'à ce qu'elle épaississe, ajoutez le sucre et la gousse de vanille, continuez à fouetter. Garnissez un cercle de pâte à choux après avoir retiré la vanille. Recouvrez avec l'autre moitié de pâte à choux. Poudrez de sucre en poudre et mettez dans le réfrigérateur jusqu'au moment de servir.

N. du P. : Dans la véritable recette, la crème dont on fourre le Paris-Brest est pralinée. Ce gâteau en couronne a pris le nom d'une ancienne course cycliste Paris-Brest aller et retour.

Crème caramel

Pour 6 personnes

CARAMEL
1/2 tasse de sucre
1/4 de verre d'eau
1 pincée de crème de tartre

CRÈME
2 verres de lait
1 gousse de vanille
1/4 de tasse de sucre en poudre
3 œufs et 2 jaunes d'œufs

Préparez le caramel et versez-le dans un moule de porcelaine ou dans 6 petits moules individuels en porcelaine ou en verre à feu. Procédez rapidement afin que le caramel reste à la température de 120° durant l'opération. Placez le ou les moules sur une grande feuille de papier sulfurisé.

Pour préparer le caramel, vous mettez l'eau et le sucre dans une petite casserole, portez à ébullition sur feu vif. Lorsque le sucre est bien absorbé par l'eau, ajoutez la crème de tartre. Remuez la casserole durant la cuisson, mais ne mélangez pas avec une cuiller. Laissez mijoter jusqu'à ce que le caramel soit coloré uniformément et d'une couleur rouge ambré. La cuisson peut durer 10 minutes environ. Retirez la casserole du feu, versez le caramel dans le ou les moules en une fine couche. Faites tourner le moule sur lui-même afin de bien répartir le caramel sur les parois et retournez-le à l'envers sur la feuille de papier sulfurisé. Laissez refroidir tandis que l'excès de caramel s'écoule sur le papier. Chauffez le four à 160°. Faites bouillir le lait dans une casserole avec la vanille. Retirez du feu. Dans un récipient, fouettez les œufs entiers et les jaunes avec un appareil électrique ou un fouet à main, jusqu'à ce que le mélange soit crémeux et homogène. Tout en continuant à fouetter, ajoutez le lait petit à petit. Passez ensuite au chinois fin et remplissez les moules caramélisés. Faites cuire dans le four au bain-marie. Baissez la température du four si l'eau contenue dans le bain-marie arrive à ébullition. Comptez

environ une heure de cuisson. Vérifiez-en la cuisson en piquant la crème caramel avec la pointe d'un petit couteau. S'il en ressort net et propre, la crème est cuite. Retirez les moules du bain-marie et laissez-les refroidir au moins 3 heures avant de les servir.

Si la crème caramel est préparée dans un grand moule, pour la servir, détachez-la des parois du moule avec un couteau et plongez le moule rapidement dans l'eau bouillante. Essuyez le moule avant de le retourner sur le plat de présentation. Faites de même avec les petits moules individuels et dressez les crèmes caramel sur des petites assiettes. Arrosez-les avec l'excès de caramel fondu qui reste au fond des moules. Servez froid.

N. du P. : La crème de tartre ne me semble pas obligatoire.

Diplomate

Pour 10 à 12 personnes

- 1/2 verre de kirsch
- 1/2 tasse de fruits confits coupés en dés
- 1 cuillerée à café et 10 g de gélatine
- 2 douzaines de biscuits à la cuiller
- 1/3 de verre d'eau
- 1 verre de lait
- 5 jaunes d'œufs
- 1/4 de tasse de sucre en poudre
- 1 tasse 1/2 de crème double glacée
- 1/2 tasse de confiture d'abricots

Dans un petit bol, mélangez les fruits confits et 1/4 de verre de kirsch. Laissez macérer dans un endroit tempéré. Prenez un moule à charlotte de 3 litres ou un moule à bavaroise de 3 litres et 8 à 10 cm de profondeur; dans le fond, mettez un morceau de papier sulfurisé coupé à la dimension du moule. Garnissez avec une couche de biscuits en les rangeant côte à côte en forme de rosace dans le fond et droits contre les parois du moule. Mettez de côté le restant de biscuits pour les utiliser plus tard.

Dans un petit bol, faites ramollir la gélatine avec 1/4 de verre d'eau. Lorsqu'elle est légèrement ramollie, c'est-à-dire au bout de 2 à 3 minutes, placez le bol dans un récipient contenant de l'eau bouillante, sur feu doux. Faites chauffer la gélatine en mélangeant sans arrêt jusqu'à ce qu'elle soit bien absorbée par l'eau. Retirez du feu, mais laissez le bol dans l'eau chaude afin que la gélatine reste tiède.

Faites chauffer le lait dans une casserole de 3 à 5 litres jusqu'à ébullition. Retirez du feu. Battez les jaunes d'œufs et le sucre au fouet à main ou avec un appareil électrique pendant 3 à 4 minutes jusqu'à ce que les jaunes soient d'une belle couleur jaune or et forment une pâte lisse. Travaillez sans arrêt et versez le lait chaud dedans. Quand le tout est bien mélangé, versez dans une casserole propre. Mettez à feu doux en mélangeant toujours, jusqu'à ce que la crème soit bien épaisse. Surveillez bien la cuisson afin que la crème ne tourne pas et n'attache pas au fond de la casserole; si le feu est trop violent, retirez la casserole et laissez reposer.

Quand la crème est à point, retirez-la du feu, ajoutez la gélatine ramollie, mélangez bien le tout. Passez au chinois fin dans un grand récipient. Fouettez la crème double jusqu'à ce qu'elle soit bien ferme. Mettez le récipient contenant la crème, mélange de lait et jaunes d'œufs, dans un autre plus grand contenant de la glace. Travaillez avec une cuiller jusqu'à ce qu'il commence à glacer, soit ferme et lisse. Ajoutez la crème double fouettée. Mélangez soigneusement. Ajoutez les fruits confits macérés dans le kirsch.

Passez la confiture d'abricots au chinois fin, versez dans une petite casserole. Ajoutez le restant de kirsch (1/4 de verre), portez à ébullition à feu doux en mélangeant sans arrêt. Badigeonnez les biscuits dressés dans le moule avec ce mélange. Versez par dessus la moitié

de la crème, disposez une couche de biscuits, versez le restant de la crème et couvrez le tout avec le restant de biscuits en utilisant aussi les biscuits cassés. Faites glacer 4 à 5 heures dans le réfrigérateur.

Pour démouler le diplomate, détachez le moule avec un couteau en glissant la lame entre le gâteau et le moule. Plongez quelques secondes le fond du moule dans l'eau chaude, essuyez-le et retournez le moule sur le plat de service. Retirez le papier sulfurisé. Remettez dans le réfrigérateur avant de servir.

Tartes aux fraises

Pour 6 personnes

6 fonds de tartelettes individuelles en pâte brisée de 8 à 10 cm ou
1 fond de tarte de pâte brisée de 24 à 26 cm de diamètre
1 œuf et 1 jaune
1/4 de tasse de sucre en poudre
3 cuillerées à soupe de farine
1 pincée de sel
10 g de gélatine en poudre
1 gousse de vanille
1 verre de lait chaud
1 tasse de crème double

GELÉE DE GROSEILLES AU KIRSCH
1 tasse de gelée de groseilles rouges
1 cuillerée à soupe d'eau chaude
1 cuillerée à soupe de kirsch
500 g de fraises mûres, équeutées
Sucre en poudre

Faites chauffer le four à 200°. Mettez dans le four le fond de pâte brisée (ou les fonds individuels), faites cuire comme il est indiqué pour la pâte brisée. Laissez cuire 7 à 10 minutes de plus afin de dorer légèrement la croûte. Laissez reposer la pâte démoulée sur une grille.

Dans une cocotte de 3 à 5 litres, hors du feu, battez l'œuf entier, le jaune et le sucre en poudre au fouet, jusqu'à ce que le mélange monte et prenne une belle couleur jaune or. Ajoutez la farine, le sel, mélangez jusqu'à ce qu'ils soient bien absorbés. Ajoutez la gélatine en poudre, la vanille, versez le lait chaud petit à petit en fouettant sans arrêt. Laissez cuire jusqu'à ce que le mélange soit bien lisse et épaississe un peu. Surveillez la chaleur du feu afin que la crème ne brûle pas et n'attache pas au fond de la casserole. Travaillez la crème vigoureusement afin qu'elle soit bien homogène. Versez-la dans un grand récipient et mettez dans le réfrigérateur. Lorsque la crème est refroidie et de consistance assez épaisse, retirez la gousse de vanille, puis fouettez la crème double jusqu'à ce qu'elle forme le ruban; versez dans la crème refroidie en mélangeant doucement avec une spatule. Remplissez aussitôt les fonds de tartelettes avec cette crème pâtissière à la vanille.

GELÉE DE GROSEILLES AU KIRSCH : Dans une petite casserole, faites chauffer la gelée de groseilles et l'eau à feu doux, mélangez de temps en temps jusqu'à ce que se forme de la mousse à la surface. Retirez du feu, ajoutez le kirsch, laissez refroidir.

Pendant ce temps, disposez les fraises en cercles sur les tartelettes jusqu'à ce qu'elles soient complètement garnies de fraises. Nappez avec la gelée de groseilles tiède. Laissez deux heures au moins dans le réfrigérateur avant de servir. Poudrez de sucre au dernier moment.




Le dessert...

... peut être un mets relativement léger, qui sert de bouquet à une suite de plats corsés, ou il peut constituer le point culminant du repas. Sur ces deux pages sont disposés *(dans le sens des aiguilles d'une montre)* six desserts qui vont du plus simple au plus riche : mousse au chocolat, tartes aux fraises, compote de fruits, profiteroles, crème au caramel et Paris-Brest *(les recettes figurent sur les pages précédentes)*.



Petit guide des vins de table français

Les pages qui suivent donnent un bref aperçu de quelques notions fondamentales, relatives aux vins de France : quand et comment les servir, comment choisir un bon cru chez le marchand, comment conserver une bonne bouteille ou la préparer en vue de son apparition sur la table. Ces conseils sont précédés d'un petit glossaire des termes utilisés par les spécialistes pour les définir et les identifier.

Les vins de table — des vins servis aux repas et qui accompagnent les mets — ont un bouquet relativement modéré et une teneur en alcool qui varie de 10 à 14 degrés. Les vins aromatisés, le madère, le sherry, le porto, le vermouth, sont des vins d'une teneur en alcool plus élevée, du fait de l'addition d'une certaine quantité d'alcool. Ils accompagnent rarement un mets.

Il est bon de toujours se souvenir que le gourmet ne flatte son palais qu'au prix d'un exercice subtil, tant sur le plan des mets que sur le chapitre des vins. Il est des règles qui prescrivent d'associer tel vin à tel mets; certes, les choix particuliers, auxquels le gourmet aboutit après divers essais plus ou moins heureux, sont également satisfaisants, pour peu qu'ils lui conviennent, mais quelques mariages, qui associent tel plat à tel vin de table, sont particulièrement réussis; d'ailleurs, les experts en la matière les ont recommandés depuis fort longtemps et nous citons ci-après quelques-unes de ces associations. Commençons donc par le glossaire des termes indispensables.

ACIDITÉ : Un goût plus ou moins acide, qui résulte de la présence des divers acides du raisin. Un bon vin doit avoir un certain degré d'acidité. Une saveur marquée de vinaigre prouve que le vin a suri.

ARÔME (et bouquet) : L'arôme est une combinaison de parfums — tel l'arôme d'un bouquet de fleurs — et il résulte de l'association des divers parfums dégagés par l'oxydation des acides organiques du raisin, ainsi que de sa fermentation.

ASTRINGENCE : Une âpreté qui entraîne une légère contraction de la bouche du buveur. Pour la plupart, les vins doivent être légèrement astringents.

CORPS : On dit qu'un vin a du corps lorsqu'il a de la consistance, du poids. Un vin bien charpenté laissera sur la langue une impression d'une plus grande densité qu'un vin léger.

DÉLICAT : Cet adjectif s'applique à des vins qui possèdent un arôme léger et qui ne sont pas trop charpentés.

DOUX : Se dit d'un vin qui est sans âpreté. Bien que les bons vins doivent être doux jusqu'à un certain point, parfois un vin, en vieillissant, devient trop sucré.

DUR : Se dit d'un vin trop astringent; les vins jeunes sont souvent durs, ce qui indique généralement qu'ils sauront vieillir longtemps.

ÉQUILIBRÉ : Cet adjectif définit l'état du vin. Un vin bien fait est équilibré lorsque ses diverses caractéristiques sont réparties harmonieusement. Un vin d'un corps léger possèdera un goût et un arôme délicats. Un vin plus corsé ne doit être ni coulant, ni maigre.

ÉTOFFÉ : Un tel vin est corsé, mordant; il possède généralement une forte teneur en alcool.

FIN : L'expression est exclusivement réservée à du vin de haute qualité.

FRANC : Un vin doit être franc au palais, c'est-à-dire rafraîchissant; un bouquet trop puissant est désagréable.

FRUITÉ : Ce terme qualifie des vins qui possèdent une forte saveur et un puissant arôme de fruits.

GÉNÉREUX : On dit d'un vin qu'il est généreux lorsque sa saveur et son arôme sont riches.

MOELLEUX : Se dit d'un vin qui est coulant, bien fait et à point.

POINTU : Un tel vin possède une agréable acidité, qui traduit sa richesse en acides organiques.

VELOUTÉ : Agréablement coulant.

LE CHOIX DU VIN QUI CONVIENT : Les quelques grands vins français cités ci-après sont classés d'après les genres de mets auxquels ils se marient particulièrement bien.

Les noms des vins évoquent souvent le bourg ou la ville dans les parages desquels ils sont produits; les noms des vins d'Alsace rappellent, quant à eux, le cépage dont ils sont issus. Bien que dans une même ville il y ait souvent de nombreux producteurs individuels ou sociétés vinicoles (souvent dénommés « château X... »), tous leurs vins présentent de fortes similarités; ces caractéristiques sont décrites ci-dessous. Le lieu d'origine de chacun de ces vins est indiqué entre parenthèses.

Viandes riches et venaisons

VINS ROUGES PLEINS ET ÉTOFFÉS : Les bourgognes, les bordeaux rouges et les côtes-du-rhône, constituant la gamme des vins les plus corsés.

CHATEAUNEUF-DU-PAPE (Côtes du Rhône) : Vin rouge étoffé, vigoureux, d'un beau pourpre, qui possède un fin bouquet et une puissante saveur.

CHAMBERTIN (Bourgogne) : La tradition veut que Napoléon ait particulièrement apprécié ce vin. Les chambertins sont produits sur la commune de Gevrey-Chambertin. Ces bourgognes d'un rouge foncé ont beaucoup de corps; ils sont très équilibrés et possèdent un bouquet particulièrement généreux.

CORTON (Bourgogne) : Ce vin bien équilibré est délicat, coulant, et il a autant de bouquet que les vins rouges des côtes de Beaune, qui forment la partie méridionale de la Bourgogne. D'un beau rouge vif, ce vin est parfois dur lorsqu'il est jeune mais, d'habitude, en vieillissant, il acquiert de la robustesse et se conserve longtemps.

HERMITAGE (Côtes du Rhône) : Vin à la belle couleur sombre, robuste et moelleux, le plus « mâle » des vins, a-t-on coutume de dire. Jeune, il a tendance à être dur et un peu amer, mais il vieillit bien et donne un fin vin rouge.

NUITS-SAINT-GEORGES (Bourgogne) : Ce cru, produit entre autres par la Côte de Nuits, qui s'étend à la partie septentrionale de la Bourgogne, est très riche, a beaucoup de corps; on le classe parmi les plus grands bourgognes.

POMEROL (Bordeaux) : Produit dans la région de Pomerol, il a une belle teinte rouge foncé, beaucoup de bouquet, une saveur très profonde, et il est généralement très velouté. Possédant des caractéristiques similaires au saint-émilion et produits dans la même région, les pomerols, qui sont moins connus, viennent à maturité plus rapidement et sont un peu plus délicats.

SAINT-ÉMILION (Bordeaux) : Les vins de cette contrée sont riches, robustes du point de vue de l'arôme. D'une robe très sombre, les saint-émilions peuvent vieillir une quinzaine d'années sans perdre de leur qualité.

VOSNE-ROMANÉE (Bourgogne) : Vosne-Romanée produit quelques-uns des plus grands crus de France. Particulièrement fin et coûteux, la Romanée-Conti occupe un rang privilégié. Les vosne-romanées sont des vins élégants, au riche bouquet. Ces vins savent vieillir et il n'est pas rare de rencontrer des bouteilles d'un bon millésime ayant vingt ans d'âge; nombreux sont les spécialistes qui considèrent que les vosne-romanées sont les meilleurs des bourgognes.

Viandes plus légères et fins gibiers

VINS ROUGES LÉGERS : Ces vins sont à rechercher dans la gamme des bordeaux et des bourgognes, mais ils sont moins puissants que les crus plus charpentés, provenant de ces mêmes régions. Ils accompagnent des viandes moins fortes, comme l'agneau, le veau, le porc et certains gibiers à plumes, le faisan par exemple.

BEAUJOLAIS (Bourgogne) : Les beaujolais sont très agréables au goût, fruités et rafraîchissants. Ces vins délicats, mordants, doivent être consommés jeunes, c'est-à-dire dans l'année.

GRAVES (Bordeaux) : Ces vins tirent leur nom d'une région du Bordelais célèbre pour son sol pierreux. D'un beau grenat vif, les graves rouges sont des vins délicats, fruités et bien équilibrés, au bouquet très particulier. Les vins rouges provenant de la région des Graves se contentent le plus souvent d'une étiquette portant la mention d'un « château ». Citons parmi les meilleurs les châteaux haut-brion, mission haut-brion et le domaine-de-chevalier.

MÂCON (Bourgogne) : Ces vins, relativement bon marché, ont un arôme agréable quoique peu caractéristique. De même qu'un beaujolais, un mâcon doit être bu jeune.

MÉDOC (Bordeaux) : Triangle s'étendant au nord de Bordeaux et groupant près de 50 communes, la région du Médoc est, de l'avis de certains, la plus importante région vinicole du monde. En 1855, les vins de la région de Bordeaux furent répertoriés et classés selon leurs qualités; on dénombra plus de 4 000 crus. Sur les 60 premiers noms de la liste, seuls deux crus, haut-brion et château-d'Yquem, n'appartenaient pas à la région du Médoc. Les simples médocs sont de bons vins, mais les hauts-médocs sont bien supérieurs et, au premier rang de ceux-ci, il faut citer les vins provenant des cinq communes suivantes : Pauillac, Cantenac, Margaux, Saint-Julien, Saint-Estèphe. Les médocs sont en général des vins légers, coulants, moelleux.

POMMARD (Bourgogne) : Les meilleurs pommards proviennent de climats particuliers, dont ils tirent leurs noms : les Épenots, les Rugiens, la Platière. Les meilleurs pommards sont doux, coulants, veloutés.

VOLNAY (Bourgogne) : Il s'agit de vins plaisants, délicats et coulants possédant un arôme prononcé; de tous les bourgognes légers, ce sont peut-être les plus délicats.

Hors-d'œuvre, fromages, plats comportant des œufs

LES ROSÉS sont des vins généralement très légers; ils comblent la brèche existant entre les vins blancs et les vins rouges proprement dits. Ils s'associent particulièrement bien aux hors-d'œuvre et aux viandes froides, ainsi qu'aux plats contenant des œufs et aux fromages, à condition qu'ils ne soient pas trop forts; ils se marient agréablement à certaines viandes plus légères que le bœuf, le veau, le jambon, le porc. Les rosés d'Anjou sont légers et agréables. Le tavel, un rosé des Côtes du Rhône, est largement apprécié aux États-Unis. Les rosés des Côtes de Provence, y sont également très populaires.

Poissons au goût prononcé, et volailles (en règle générale)

LES VINS BLANCS SECS, possédant du corps, conviennent particulièrement à certains poissons au goût prononcé comme le maquereau, ainsi qu'aux poissons et coquillages accompagnés de sauces au vin très riches. Ces vins, qui doivent être servis frappés, se marient également bien à la plupart des volailles.

CORTON (Bourgogne) : D'une belle robe dorée, ces vins sont coulants et veloutés; leur réputation n'est plus à faire. Le meilleur de tous les cortons n'est autre que le corton-charlemagne; c'est un des plus célèbres bourgognes blancs.

GRAVES (Bordeaux) : Les graves sont des vins délicats mais vigoureux. Francs, fruités, appétissants et secs à souhait, ils sont bien équilibrés et généralement élégants.

GEWÜRZTRAMINER (Alsace) : Ce vin possède un bouquet somptueux; sa riche saveur est particulièrement fruitée. Il tire son nom du mot allemand *gewürz*, qui signifie épicé et qualifie parfaitement bien sa saveur.

HERMITAGE (Côtes du Rhône) : Très étoffés, ces vins ont un arôme étendu; ils sont capiteux, secs, mais très riches. En vieillissant, leur robe vire à l'ambre et ils acquièrent du moelleux.

MEURSAULT (Bourgogne) : Un des meilleurs vins blancs de France, le meursault est étoffé, sec, nerveux et son bouquet est fruité. Il a de la finesse et de l'élégance.

MONTRACHET (Bourgogne) : Considérés comme les meilleurs des vins blancs de France, les montrachets des communes de Puligny et de Chassagne-Montrachet ont un fin bouquet et sont étoffés, moelleux et élégants. Ils ont une robe pâle.

Poissons, coquillages, plats comportant des œufs

LES VINS BLANCS, légers et peu étoffés, constituent l'accompagnement tout indiqué des poissons à la chair fine, cuits d'une façon simple, tels la sole meunière, la truite ou le saumon pochés; ils se marient également bien aux coquillages cuits au gril ou à des plats aux œufs très délicats comme le soufflé.

CHABLIS (Bourgogne) : Vin très léger, bien étoffé et rafraîchissant, comportant une saveur souvent un peu « rocailleuse ». D'une belle teinte or clair, avec des reflets verts, le chablis est à classer parmi les vins blancs les plus clairs et les plus secs. Le chablis grand cru est particulièrement réputé.

MUSCADET (Vallée de la Loire) : Clair, léger et sec, le muscadet tire son nom du raisin dont il est fait. Il doit généralement être bu jeune.

POUILLY-FUISSÉ (Bourgogne) : Ces vins blancs sont secs, mordants, fruités, vigoureux; ils ont un agréable bouquet. Jouissant d'une bonne réputation, ils ont un peu plus de corps que les autres vins de cette catégorie. Le pouilly-fuissé a une robe d'un jaune délicat, avec des reflets verts.

POUILLY-FUMÉ (Vallée de la Loire) : Franc, plaisant et délicat, ce vin est assez doux et fruité; son bouquet est délicat; il est un peu moins sec que les autres vins de sa catégorie.

RIESLING (Alsace) : Le meilleur des vins d'Alsace, dit-on. Comme la plupart des vins d'Alsace, il est plus fruité et plus parfumé que les autres vins blancs secs et possède un agréable bouquet.

SANCERRE (Vallée de la Loire) : Moins élégants, possédant un bouquet plus léger que les pouillys-fumés produits sur l'autre rive de la Loire, les vins de Sancerre sont, en revanche, aussi francs, plaisants, doux et délicats. Ils ne savent pas vieillir et doivent se boire jeunes, plus jeunes que les autres vins de la région, qui sont généralement à point dans les cinq ans de leur mise en fûts.

SYLVANER (Alsace) : Il s'agit d'un bon vin très populaire, quoique inférieur en principe au riesling. Le sylvaner est plus léger, plus bouqueté et plus doux que le riesling, mais il n'en est pas moins agréable à déguster.

Desserts

LES VINS BLANCS DOUX sont généralement servis au dessert, quoique certains les apprécient avec le poisson ou les œufs. Parce qu'ils rassasient les convives plus qu'ils n'excitent l'appétit, ils conviennent mieux au dessert.

SAUTERNES (Bordeaux) : Ce vin à la robe or foncé est doux; il a du corps et un riche bouquet. Sa saveur provient de ce que les vendanges sont faites lorsque les raisins sont très mûrs. Le sauternes sait vieillir à merveille et certains crus conservent leurs qualités pendant quarante ans. Les grands sauternes, le château-d'Yquem par exemple, sont considérés comme des vins particulièrement nobles.

VOUVRAY (Vallée de la Loire) : Apre et légèrement sucré lorsqu'il est jeune, le vouvray devient plus sucré encore en vieillissant; il est légèrement pétillant. Le vouvray se marie à des plats de nature très différente.

CHAMPAGNE (Champagne) : Tous les experts sont d'accord, le champagne peut être servi à n'importe quel stade d'un repas, ou dégusté à tout moment de la journée. C'est le seul vin qu'il est recommandé de choisir et d'acquérir en s'intéressant à la marque de la firme qui le produit et non à un vignoble ou à un lieu donné. Parmi les grandes marques, citons : Bollinger, Möet et Chandon, Krug, Mumm, Veuve Cliquot, Charles et Piper Heidsieck. Les champagnes sont plus ou moins doux ou plus ou moins secs. Les champagnes « brut » ou « nature » sont particulièrement secs. La qualification de « sec » définit en réalité un champagne modérément doux; le « demi-sec » est un champagne doux. Les champagnes sont des vins fruités, légers et pétillants.

Comment acheter et conserver des vins

Le meilleur des conseils que l'on puisse donner à l'acquéreur novice qui ne s'y connaît pas en vins est de s'adresser à de bons fournisseurs, de préférence au vigneron, à la propriété, ou à un marchand de vin connaissant et aimant son métier.

Pour se constituer sa propre cave, une seule visite au marchand de vin ne suffit pas. Il vaut mieux commencer par acheter quelques bouteilles d'un cru déterminé, choisies en fonction des mets qu'elles doivent accompagner; ensuite, après avoir goûté les vins en question, on peut fixer son choix selon son goût. C'est seulement à ce stade que l'on peut commencer de se constituer une bonne cave.

Certaines années, les conditions de maturation du raisin sont particulièrement favorables et les vins produits constituent un millésime remarquable. Inversement, d'autres étés donneront des raisins médiocres et les vins seront moins bons. Il existe des cartes des crus, qui s'efforcent de donner, selon les régions, une idée de la qualité du vin produit chaque année. Ces documents, bien qu'utiles certes, ne sont généralement pas assez détaillés pour constituer des guides précis. Il se peut, par exemple, que le cru produit dans une commune soit excellent pour une année donnée, alors que la récolte de la commune voisine n'aura fourni que des vins de qualité médiocre. Encore une fois, seul le bon marchand de vin vous renseignera efficacement.

Certains vins de grand cru donnent naissance à un dépôt au fond de la bouteille. De tels vins doivent être achetés au moins une semaine à l'avance. En dressant les bouteilles, on permettra au dépôt de se former. On aura soin de manipuler la bouteille avec la plus grande douceur pour l'amener à table et pour emplir les verres, de façon à conserver au vin sa limpidité. Dans la plupart des cas, la bouteille de vin achetée chez le marchand n'engendrera aucun dépôt, mais les connaisseurs s'accordent sur un point : une bonne nuit de repos bonifie toujours un vin.

Pour conserver du vin, il n'est pas nécessaire de disposer d'aménagements considérables. Le vin ne requiert qu'un petit coin sombre, qu'un réduit à la température la plus basse possible et à peu près constante se rapprochant des 10° d'une cave. Dans un appartement, on pourra, par exemple, ranger les bouteilles au fond d'un placard, ou dans une maison sous la cage de l'escalier. Un vin peut supporter pendant des mois une température assez élevée ; ce qu'il craint par-dessus tout, ce sont les brusques changements de température.

Les bouteilles de vin de table doivent être conservées couchées de façon à ce que le vin, en humectant le bouchon, lui conserve son étanchéité à l'air. Il existe de nombreux modèles de casiers à bouteilles, permettant un accès facile.

Comment servir un vin

De même que le choix du vin qu'il convient de servir avec tel ou tel plat relève du bon sens et d'une longue expérience, les préceptes qui régissent la façon de servir le vin sont le fruit des traditions. Ils ne sont pas rigoureux et chacun doit les adapter à son mode de vie ou à ses goûts.

Si un seul vin doit être servi au cours du repas, on disposera de préférence de verres à pied de forme ballon. (Chaque vin requiert en principe un verre d'une forme bien déterminée, mais cet usage, en voie de disparition, n'est plus guère respecté que dans les dîners d'apparat.) De toute façon, on évitera les verres teintés, qui ne permettent pas aux convives d'apprécier la robe et la consistance du vin mais restent en valeur pour les vins blancs d'Alsace.

Les grands vins rouges doivent être débouchés une à deux heures avant le repas, ce qui leur permet de respirer et d'épanouir leur bouquet. Les vins blancs doivent être débouchés juste avant d'être servis. Les bordeaux se boivent entre 16 et 18°, les bourgognes entre 14 et 16°, les rouges plus légers à 12°. Les vins blancs et les vins rosés seront servis frappés, c'est-à-dire à une température variant entre 7 et 10°. Les champagnes et les vins sucrés seront servis très frappés, c'est-à-dire entre 4°5 et 7°2.

Il ne faut jamais réchauffer artificiellement un vin rouge remonté trop tard de la cave. Inversement, les vins blancs et les champagnes peuvent être frappés en les mettant un certain temps à la partie inférieure du réfrigérateur. Ce séjour sera de deux heures pour un vin blanc et de trois heures pour un champagne ou un vin doux. On peut également frapper un vin ou un champagne dans un seau à glace. Attention, ne mettez jamais un glaçon dans un verre de vin.

N. du P. : Ce panorama des vins de France est évidemment succinct. Trop. Il y faudrait un livre entier (il viendra en son temps dans cette collection).

L'auteur semble négliger des centaines de petits vins, poètes mineurs quelquefois, mais d'un intérêt gastronomique certain, tels les Bourgueils, le Gros Plant nantais, les vins du centre et du Sud-Ouest (Saint-Pourçain, Cahors, Madiran, Bergerac), ceux extraordinaires du Jura, ceux de Savoie, du Pays Basque, de l'Orléanais... etc. L'accord des mets et des vins est également à la fois plus simple et plus subtil que ce texte ne le laisse entendre.
En vérité, il faut se souvenir de ces deux préceptes :
Jamais de grands vins rouges avec le poisson et les crustacés
Jamais de grands blancs liquoreux avec les viandes noires.

En dehors de cela, le goût seul compte et l'on peut parfaitement boire un vin rouge avec les huîtres si cela vous chante ; également un vin blanc avec le fromage. Enfin, personnellement — mais avec tous les gourmets —, je récuse les vins rosés. Ils ne sont que des vins bâtards allant avec tout, c'est-à-dire ne convenant véritablement à rien.

Index des recettes

Hors-d'œuvre

Anchoïade 73; R7
Crêpes fourrées gratinées 70; R10
Escargots à la bourguignonne 98
Fondue de fromage R3
Légumes à la grecque 73; R8
Omelette 68; R16
Pipérade R9
Quiche au fromage 67; R4
Salade niçoise R5
Sauce béarnaise 74; R13
Sauce hollandaise 74; R14
Sauce mayonnaise 74; R13
Sauce vinaigrette 74; R16
Saucisson chaud à la lyonnaise R12
Saucisson en croûte 68; R2
Soufflé au fromage 64; R6
Tarte à la tomate 50
Terrine maison 75; R14

Soupes et potages

Bouillabaisse 94; R22
Bourride 92; R28
Fonds de cuisine 89; R18
Garbure R25
Potage Crécy 90; R29
Potage crème d'asperges 90; R24
Potage crème de champignons 91; R26
Potage Parmentier; Vichyssoise 91; R22
Potage purée de pois cassés 88; R20
Potage purée soissonnaise R27
Potage à la queue de bœuf R17
Soupe à l'oignon 88; R21
Soupe au pistou 89; R19

Poissons

Bar poché au beurre blanc 105; R30
Coquilles Saint-Jacques à la parisienne 112; R32
Coquilles Saint-Jacques à la provençale 112; R33
Darnes de saumon grillées au beurre d'escargot 108; R35
Daurades farcies à la florentine 108; R34
Filets de soles à la parisienne, gratinés R36
Filets de soles bonne femme 110; R38
Homard à l'américaine 116; R39
Truites à la meunière R37

Volailles

Caneton aux navets 126; R49
Coq au vin à la bourguignonne R52
Fricassée de poulet à l'ancienne R47
Perdreaux rôtis sur canapés R46
Poule-au-pot R41
Poulet en cocotte bonne femme R51
Poulet rôti 122; R50
Poulet sauté 123; R43
Poulet sauté à la crème R45
Poulet sauté vallée d'Auge R44

Plats de viande

Blanquette de veau à l'ancienne R74
Bœuf bourguignon R54
Bœuf à la mode 138; R58
Carbonades de bœuf à la flamande R72
Cassoulet 148; R61
Choucroute garnie R79
Côtes de porc à l'auvergnate 146; R66
Côtes de porc braisées à la moutarde R69
Côtes de veau à l'ardennaise 147; R67
Entrecôte marchand de vin 146; R68
Épaule d'agneau braisée aux haricots R81
Escalope de veau à la savoyarde R76
Foie de veau sauté 142; R75
Gigot d'agneau rôti 143; R73
Navarin printanier R70
Noisettes de porc aux pruneaux R57
Pot-au-feu R82
Ris de veau ou cervelles au beurre noir 141; R65
Rognons à la casserole 141; R83
Rôti de porc boulangère R80
Sauté de lapin au vin blanc 143; R56
Sauté de veau marengo R76
Tripes à la mode de Caen 142; R78
Veau braisé en casserole R69

Légumes

Artichauts au naturel 161; R85
Asperges au naturel 160; R91
Carottes glacées 159; R92
Champignons farcis 162; R86
Champignons à la grecque R84
Champignons grillés R88
Chou rouge à la limousine R89
Haricots verts au naturel 159; R89
Laitues braisées R95
Oignons glacés à blanc 164; R92
Petits pois frais à la française 159; R88
Poireaux braisés R84
Pommes de terre Anna R93
Pommes de terre dauphinoises R90
Ratatouille R94
Tomates à la provençale R91

Desserts et entremets

Clafoutis 188; R105
Compote de fruits 186; R99
Crème bavaroise à l'orange R104
Crème caramel 191; R102
Crêpes soufflées au citron R106
Diplomate 192; R100
Mousse au chocolat 188; R108
Paris-Brest 191; R97
Pêches cardinal 186; R103
Poires pochées au vin rouge 186; R101
Profiteroles 190; R98
Soufflé à la liqueur 189; R107
Tartes aux fraises 193; R96

Glossaire

ABATS : viscères des animaux de boucherie (triperie) — tête, ris, foie, cervelle, rognon, queue, etc.
ABATTIS : parties des volailles — cou, tête, gésier, foie, cœur, pattes, ailerons, rognons, etc.
A BLANC : cuire à blanc, c'est cuire un fond de pâte (salée ou sucrée) seul, avant de le garnir.
AU BLANC : cuisson préliminaire, dans une solution d'eau salée, de jus de citron et de farine; cette cuisson permet de blanchir les aliments ou de leur conserver leur blancheur.
A BRUN : brunissement avant pochage ou braisage; se dit aussi de la cuisson d'un aliment jusqu'à brunissement ou dans une sauce brune.
ABSORBER : (faire absorber) ajouter un élément solide, le plus souvent dans une préparation liquide en mélangeant jusqu'à ce que le tout soit homogène.
AÏOLI : mayonnaise parfumée à l'ail et exclusivement à l'huile d'olive.
A LA BOURGUIGNONNE : il s'agit généralement d'une cuisson au vin rouge.
A LA GRECQUE : cuit dans une marinade d'herbes aromatiques et d'huile d'olive.
A LA MODE : cette expression peut être suivie d'un nom de lieu : à la mode de Caen. Elle peut être également employée isolément (bœuf à la mode) et signifie « à la mode de chez nous »; il s'agit là d'une sorte de daube.
APÉRITIF : boisson servie pour aiguiser l'appétit; il s'agit quelquefois d'un vin doux, dont la teneur en alcool a été augmentée par addition d'alcool.
A POINT : cette expression s'emploie habituellement à propos des steaks et du bœuf. La viande est cuite jusqu'à un certain degré moyen. Moins cuit, le morceau de bœuf est dit « saignant », puis « bleu ».
ASPIC : plat moulé froid en gelée.
AU GRATIN : aliment mêlé d'une sauce et recouvert de chapelure, parfois additionnée de beurre et de fromage, et cuit au four jusqu'à ce que la surface soit brune (gratiner : la partie supérieure du mets est cuite sous une flamme jusqu'à brunissage).
AU JUS : arrosé de la sauce restant dans la poêle à frire et que l'on n'aura pas fait épaissir.
AU NATUREL : servi sans apprêts spéciaux; par exemple, les asperges au naturel sont simplement cuites à l'eau.

BADIGEONNER : enduire d'un élément.
BAIN-MARIE : un large récipient, permettant de maintenir au chaud une casserole ou un plat creux contenant de la sauce, ou de faire mijoter un aliment à petit feu. Le bain-marie est parfois constitué par un double récipient, dans lequel on peut disposer l'ustensile servant à faire cuire un mets et qui est alors plongé dans l'eau jusqu'à mi-hauteur. On peut faire mijoter un plat au bain-marie sur le dessus d'un fourneau ou à l'intérieur du four pour empêcher la formation d'une croûte, par exemple dans le cas de la cuisson d'un pâté ou d'une crème au caramel.
BARDER : recouvrir de couches de lard certaines viandes, un rôti, une volaille ou un gibier, afin de protéger la cuisson des parties délicates (tel que le bréchet du poulet), ou pour assurer automatiquement l'arrosage interne de la viande.
BATONNETS : couper en forme de petits bâtons de longueur variable.
BATTRE : fouetter.
BÉARNAISE : désigne une sauce émulsionnée, sorte de hollandaise, parfumée aux échalotes et à l'estragon, rehaussée aussi de vin et de vinaigre; cette sauce est généralement servie avec de la viande, du poisson ou des plats aux œufs.
BÉCHAMEL : il s'agit essentiellement d'une sauce blanche à base de beurre et de farine, additionnés de lait.
BEURRE BLANC : sauce destinée à accompagner les poissons et composée de beurre, montée sur une fondue d'échalotes au vinaigre.
BEURRE CLARIFIÉ : s'obtient en chauffant le beurre pour le liquéfier, ce qui permet de disposer d'un liquide qui brûle moins aisément et de le séparer du petit lait et des corps solides du lait.
BEURRE MANIÉ : une pâte faite de farine et de beurre cru, permettant d'épaissir les sauces.
BEURRE NOIR : une sauce au beurre, cuite jusqu'à brunissement et servie chaude. Extrêmement néfaste à la santé; mieux vaut le beurre noisette, c'est-à-dire retiré du feu avant qu'il ne brûle. On ajoute du vinaigre dans le beurre noir.
BEURRER : à l'aide d'un pinceau, enduire d'une fine couche de beurre, le plus souvent les parois d'un moule.
BLANCHIR : plonger un aliment dans de l'eau bouillante de façon à l'amollir, à le débarrasser des saveurs indésirables ou encore à obtenir une cuisson partielle.
BLANQUETTE : un ragoût de veau, d'agneau ou de poulet, servi avec une sauce à la crème.
BONNE FEMME : s'applique habituellement à des plats mijotés cuits à la maison d'une façon simple, garnis de plusieurs légumes.
BOUQUET GARNI : combinaison d'herbes aromatiques qui rassemblent d'habitude du persil, du thym et du laurier. Ce bouquet est disposé sur le mets pendant la cuisson de façon à le parfumer; on l'enlève avant de servir.
BRAISER : façon de faire cuire un aliment dans un récipient avec peu de jus et à une température relativement basse.
BRIDER : passer une ficelle enfilée dans une aiguille spéciale (à brider) à travers les membres des volailles pour la maintenir en forme durant la cuisson.
BRIOCHE : une pâte levée sucrée, très riche en beurre, enrichie d'œufs, cuite au four selon des formes très diverses et généralement servie au petit déjeuner ou au thé; cette pâte, salée, peut également enrober de la viande, du poisson ou un saucisson pour leur donner un aspect agréable.
BRUNOISE : couper en dés plus petits que la mirepoix.

CANAPÉ : sorte de petit sandwich ouvert servant d'amuse-gueule; petit crouton plat de pain sauté au beurre sur lequel on dispose certains aliments (asperges, champignons).
CANNELER : inciser légèrement un fruit ou un légume avec un couteau spécial dit « à canneler ».
CHANTILLY : crème fouettée d'une grande légèreté.
CHAUD-FROID : une sauce froide, crémée et additionnée de gélatine, dont on enrobe certains mets servis froids, tels que poissons et volailles. On l'écrit aussi « chaud-froix ».
CHEMISER : garnir les parois intérieures d'un moule ou d'une terrine.
CHINOIS : passoire en forme d'entonnoir à trous minuscules.
CISELER : faire de légères entailles avec la pointe d'un couteau pour faciliter la cuisson ou bien, pour des légumes verts frais, émincer.
COCOTTE : tout genre de gros récipient fermé, permettant de faire cuire les aliments sur le dessus du fourneau ou au four.
COLORER : cuire jusqu'à obtention de la teinte recherchée ou bien ajouter un colorant.
COMPOTE : fruits cuits et servis avec une sauce sucrée et parfumée.
CONFIT : façon de conserver certains mets : le confit d'oie, par exemple, s'obtient en faisant cuire des morceaux d'oie, qui se conservent alors dans leur propre graisse. Les fruits confits, sont des fruits cuits, enrobés de sucre et d'alcool; cet enduit assure leur conservation. De même, les légumes sont conservés au vinaigre (melons confits).
CONCASSER : hacher grossièrement.
COQUILLE SAINT-JACQUES : un des meilleurs coquillages bivalves ne se consommant que les mois en « r ». Ne cuisiner et servir que la noix et le corail.
COTRIADE : soupe de poisson; cette version bretonne de la bouillabaisse est à la fois plus fine et plus rustique qu'elle.
COURT-BOUILLON : un bouillon assaisonné ou épicé, dans lequel on fait cuire du poisson ou des légumes.
CRÉCY : en raison de la qualité des carottes que produit la région de Crécy, ce nom s'applique à tous les genres de plats comportant des carottes.
CRÈME : désigne la crème du lait mais aussi les sauces et les desserts à base de crème au lait.
CRÈME ANGLAISE : une crème légère, comportant des jaunes d'œufs, du sucre et du lait; elle accompagne des fruits cuits des desserts, des pâtisseries.
CRÊPE : elle est confectionnée à partir d'un mélange de pâte lisse et d'œufs. Lorsque les crêpes sont servies en hors-d'œuvre ou comme plat principal, elles sont généralement fourrées et recouvertes d'une sauce. Les crêpes servies au dessert, sont désignées sous le nom de crêpes sucrées. Les crêpes Suzette sont des crêpes de dessert fourrées d'un beurre de mandarine et, contrairement à ce que l'on croit généralement, flambées à l'alcool.

DAUBE : tout genre de viande lardée ou de volaille braisée avec des légumes dans une casserole couverte.
DARNES : tranches de poissons plus ou moins épaisses suivant le mode de préparation.
DÉGLACER : dissoudre grâce à un liquide les matières attachées au fond d'un plat durant la cuisson.
DÉGRAISSER : enlever la graisse formée sur un bouillon, dans une sauce ou après cuisson dans une cocotte ou une poêle.
DÉLAYER : mélanger en allongeant.
DÉMOULER : retirer du moule.
DÉNOYAUTER : retirer les noyaux.
DÉSOSSER : (viande, poisson) retirer les os pour la viande ou volaille et les arêtes pour les poissons.
DISPERSER : parsemer.
DORER : badigeonner à l'œuf battu avant cuisson avec un petit pinceau ou cuire jusqu'à coloration dorée.
DRESSER : arranger et disposer une préparation sur un plat de service.
DUXELLES : mélange de champignons hachés fins après cuisson et d'échalotes ou d'oignons; ou en corse des sauces ou des garnitures.

Écailler : gratter les poissons de la queue vers la tête pour les débarrasser des écailles.
écumer : retirer l'écume formée durant la cuisson (avec une écumoire).
égaliser : avec une spatule, niveler la surface d'une préparation.
émietter : répandre en miettes.
émincer : couper en tranches fines.
enduire : (badigeonner.)
enfoncer : placer des ingrédients coupés en morceaux à l'intérieur d'une préparation.
entrecôte : une côte sans os, prélevée dans le train de côtes, en général, entre la neuvième et la onzième côte.
escalope : fine tranche de viande, généralement du veau.
essorer : (éponger) placer dans un linge pour faire rendre le liquide.
exprimer : pour un citron, par exemple, le presser pour en faire sortir le jus.

Farci : tout aliment que l'on a rempli d'une garniture.
fariner : enduire de farine.
fermière : viande braisée cuite à la marmite en même temps que les légumes.
flambé : se dit d'un plat sur lequel on a versé de l'eau-de-vie à laquelle on a mis le feu et que l'on a laissé se consumer.
fondre : faire cuire des légumes par exemple dans du beurre et de l'huile à petit feu.
fonds de cuisine : bouillons réduits qui servent à confectionner les sauces et les soupes.
fricassée : petits morceaux de viande (parfois de volaille) cuits au beurre ou au gras et que l'on y laisse mijoter.
friture : un aliment frit dans un corps gras; désigne généralement un plat de petits poissons.
frotter : gratter le fond d'un récipient après cuisson des aliments pour détacher ce qui reste accroché. On peut aussi frotter par exemple un quartier de citron pour faire pénétrer le jus dans la chair d'un légume (artichaut, champignon, etc.), pour l'empêcher de noircir. On peut aussi frotter l'intérieur d'un poêlon avec de l'ail pour parfumer la préparation.
fruits confits : fruits que l'on a fait confire dans du sucre.
fruits de mer : petits coquillages et crustacés servis crus ensemble sur un plateau.
fumet : concentré de bouillon obtenu en faisant cuire à petit feu de la viande, du poisson ou des légumes.

Garnir : décorer, farcir, entourer.
gelée : ... en gelée : se dit d'un mets recouvert d'une garniture de gelée.
glace de viande : un extrait de jus de viande, obtenu en faisant réduire le fond de cuisine jusqu'à obtention d'un sirop.
glacer : 1. refroidir par exemple un dessert dans le réfrigérateur.
2. passer au four ou à la salamandre pour dorer.
griller : cuire au gril ou sur feu très vif.

Hacher : couper très finement sans recherche de forme.
hollandaise : sauce émulsionnée confectionnée à partir de jaunes d'œufs, de beurre et de jus de citron.

Immerger : mettre dans une grande quantité de liquide afin qu'il couvre très largement l'ingrédient traité.
incorporer : mêler deux ingrédients avec soin, sans les écraser ou les briser.

Julienne : haché fin en lamelles, généralement de légumes, servant de fond de cuisson.

Lardon : fin morceau de lard gras ou maigre introduit dans la viande à l'aide d'un lardoir. Désigne aussi de petits morceaux de lard que l'on fait cuire avec la volaille ou la viande comme dans le cas du coq au vin ou du bœuf bourguignon.
lier : ajouter un féculent, ou autre, pour épaissir une sauce.

Macédoine : mélange cuit ou cru de fruits ou de légumes, servis chauds ou froids.
maison : ... quand ce mot est précédé du nom d'un plat : terrine maison — il désigne la façon propre à la demeure ou au restaurant de faire cuire ce plat.
maitre d'hotel : viande, poisson ou légume servi avec du beurre, parfumé au jus de citron et au persil.
mariner : faire tremper une viande, un gibier ou un poisson dans une préparation condimentée appelée marinade.
marinière : se dit de coquillages cuits dans un bouillon fait de vin blanc et parfumé de fines herbes comme les moules à la marinière.
marquer : par exemple, pour un poisson, couper jusqu'à l'arête centrale.
matelote : un court-bouillon au vin de poisson d'eau douce (généralement l'anguille).
meringue : blancs d'œufs battus avec du sucre; ce terme s'emploie surtout en pâtisserie.
meunière : du poisson assaisonné, passé à la farine et sauté au beurre, servi arrosé de jus de citron et accompagné de persil et de beurre fondu.
mijoter : cuire à tout petit feu.
mirepoix : petits cubes de légumes — oignons, céleris, carottes — ou de jambon, cuits lentement au beurre et assaisonnés. Servent à parfumer les sauces, les garnitures, les ragoûts et les aliments braisés.
mouiller : ajouter un liquide.
mousse : tout genre de crème ou de dessert contenant des blancs battus ou de la crème fouettée : un aspic de viande ou de poisson écrasé en purée.

Napper : couvrir une préparation d'un élément assez épais : gelée, crème, etc.
navarin : agneau ou mouton cuit en ragoût, avec des oignons et des pommes de terre.
noisette : petit morceau de viande rond (noisette d'agneau). Également une sauce au beurre de couleur brune, mais non brûlée.

Parer : débarrasser une pièce d'éléments inutiles pour lui donner une forme esthétique, avant ou après cuisson
pâté : tout genre de viande, de volaille ou de poisson haché et assaisonné, parfois au vin, cuit au four dans une croûte et servi chaud ou froid.

Ces pâtés s'appellent terrines lorsqu'ils sont cuits avec du lard et sans croûte; l'appellation vient du récipient en terre cuite dans lequel le pâté est préparé. Les pâtés en croûte et les terrines portent communément le nom de pâtés.
petits fours : petits gâteaux fantaisie; petits pains au lait; se dit également de fruits enrobés de sucre.
petite marmite : un bouillon clair, mais fort, garni de viandes et de légumes, recouvert de croûtons fromagés et gratinés, servi dans des petites terrines individuelles.
pétrir : mélanger des ingrédients pour former une pâte homogène.
piler : des anchois, du poivre ou du genièvre dans un mortier avec un pilon pour réduire en pâte ou en poudre selon le cas.
piquer : introduire la pointe d'un objet : aiguille, couteau ou autre.
pocher : cuire dans une grande quantité d'eau, de bouillon ou de court-bouillon.
poudrer : répandre en petites quantités une poudre sur le dessus ou dans une préparation. (saupoudrer : poudrer de sel.)
potée : tout genre de préparation cuite dans un pot, mais s'applique généralement à une puissante soupe aux choux et à base de porc.
presser : appuyer avec le dos d'une cuiller pour extraire le suc des aliments.

Rafraichir : ce procédé consiste à plonger les légumes bouillants dans de l'eau froide, afin d'arrêter brusquement la cuisson. Se dit aussi de tout aliment et des fruits en particulier que l'on glace ou que l'on réfrigère.
réduire : diminuer un liquide en le faisant bouillir de façon à concentrer sa teneur et accroître sa saveur.
rouille : sauce à l'ail très pimentée servie avec de la bouillabaisse.
roux : mélange de beurre et de farine, que l'on fait cuire et dont on se sert pour épaissir les sauces.

Salade : ...une salade simple est dite salade verte. Une salade composées comporte plusieurs ingrédients.
sauter : se dit d'une façon de faire cuire un aliment dans un corps gras, à grand feu sur le dessus du fourneau, jusqu'à légère coloration.
soufflé : mixture salée ou sucrée, parfois parfumée à l'alcool, contenant des blancs d'œufs battus, qui font gonfler le mets lors de sa cuisson.

Tamiser : faire passer un élément solide ou liquide au travers d'un tamis métallique ou de soie.
tarte : une croûte ouverte généralement garnie de fruits.
tournedos : biftecks coupés dans la pointe du filet de bœuf.
travailler : pour une sauce : Mélanger jusqu'à ce qu'elle devienne lisse. Pour une farce : Mélanger jusqu'à ce qu'elle soit homogène. Cette opération peut se faire au fouet à main électrique, à la spatule ou à la main s'il s'agit d'une pâte.
truite : ... truite au bleu : façon de cuire la truite. Le poisson, fraîchement assommé, est vidé et plongé dans de l'eau bouillante salée additionné de vinaigre et maintenu dans le liquide jusqu'à cuisson. Le vinaigre fait virer la peau au bleu.

Vacherin : fromage suisse de forme cylindrique et particulièrement onctueux de pâte. Sorte de gâteau à la meringue fastueusement décoré et garni de crème fouettée et de fruits.
velouté : se dit d'un mets qui donne l'impression de velouté; une sauce classique, faite de bouillon de veau, de poulet ou de poisson additionné de roux blanc (beurre et farine). Une soupe crèmeuse faite selon le même procédé général.

Zester : prélever la partie colorée extérieure d'un citron ou d'une orange avec un couteau à lame fine ou un couteau spécial appelé « économe ».

Index

Abats, 132-134, 140, 144-145; définition, 140; préparation des, 140. *Voir aussi* Cervelles, Foie, Rognons, Ris, Tripes.
Abricots, 186.
Agneau, barons d'-, 135; brochettes, 49; cassoulet, 148-149, 150-151; cuisson, 130; foie et rognons, 49; gigot d'-, 143; - de lait, 135; - des prés, 13, 14, 20-21; et le printemps, 10.
Ail, 27, 155, 164-165; aïoli, 92-93; beurre d', 112; dans le gigot, 143; mayonnaise, 92; rouille, 94-95; salades, 170.
Aïoli, sauce, 86, 92-93.
Aix-en-Provence, 10, 39.
Alimentation, coutume en matière d'-, 39-40, 52-54.
Allemagne, influence de, 11, 13, 19.
Alsace, 9, *carte* 12, 13, 18-19, 25, 39, 156; accent alsacien, 11.
Alsace-Lorraine, 185.
Amandes, 23.
Américanisation, en France, 34.
Anchoïade, 57, 62.
Anguille, 95, 99, 102.
Apéritifs, 51, 52, 63.
Arcachon, 29.
Arles, 36.
Armagnac, 30, 62.
Artichauts, 36, 155-156, 160; cœurs d'-, comme garniture de crêpes, 71; cœurs d'-, comme garniture d'un poulet sauté, 124-125; cuisson, 158; épluchage, 161.
Asperges, 24, 36, 160; crème d'-, 87.
Aspic, 137, 138.
Assaisonnements fondamentaux, 60-61; des salades, 36, 61, 168-171.
Auberges, 40, 52-53.
Auberge des Essarts-le-Roi, 52-53, 182.
Aubergines, 156.
Autriche, influence de l'-, 81.
Auvergne, 9; fromages d'-, 175.
Aveyron, 40.
Avignon, 28.

Bagnat, 81, 82-83.
Baguette, 78, 79, 81-83.
Bain-marie, 76.
Bar poché au beurre blanc, 106-107.
Basilic, 172.
Basques, 11, 29, 118-120, 157.
Bayonne, 11, 29.
Béarn, 29, 39.
Béarnaise, sauce, 60, 74.
Beaumont, fromage, 179, 180-181.
Beaune, 24.
Béchamel, 162.
Belgique, influence de la -, 11.
Belle Étoile triple-crème 179, 180-181.
Betteraves, 17.
Beurre, 16, 17, 19, 22; et l'ail, 112; beurre blanc, 22, 105; noir, 141; avec le pain, 46; ris de veau et cervelle au - noir, 144-145; sauce au - accompagnant les escargots, 98.
Bière, employée en cuisine, 17; et le fromage, 19.
Bigorneaux, 8, 9.
Biscuit, 184; au chocolat, 183.
Blanquette de veau, 57.
Blé, champs de -, 17.
Bleu de Bresse, 38, 179, 180-181.
Bœuf, bouilli, 17; braisé au vin rouge et à la mode, 130, 136, 137; coupes du -, 135; filet, 130. *Voir aussi* Charolais, Marché aux bestiaux.
Bœuf bourguignon, 13, 24, 57.
Bœuf à la mode, 130, 136; en gelée, 137.
Bordeaux, *carte* 12, 13, 29-30; vin de, 28, 30.
Bouillabaisse, 13, 27, 86, 94-95, 157.
Bouillon, 7, 85.
Boulangeries, 10-11, 36. *Voir aussi* Pâtisserie.
Boulat, Annie, 33, 34, 35, 37, 41, 42.
Boulat, Pierre, 37, 41, 43.
Boulogne, 17.
Bouquet garni, 149.
Bourgogne, *carte* 12, 13, 24, 99; et le fromage, 176, 178.
Bourride, 27, 86, 93.
Boursin triple-crème, 179, 180-181.
Braisage, 126, 130, 158, 159; du bœuf, 136; des légumes, 154.
Brebis, lait de -, 175.
Bresse, poulets de, 13, 24, 121.
Bretagne, 8, 9, 11, *carte* 12, 13, 14-17, 18, 19, 30; agneau aux haricots, 130; langage, 11; pommes, 178.
Brie de Meaux, 23, 176, 179, 180-181.
Brioche, 81.

Caen, 34, 133.
Café, 38; service du, 50.
Cafés, 34, 35.
Calvados, 13, 14, 62.
Camargue, 28, 153.
Camembert, 13, 175, 176, 179, 180-181; service du, 178.
Canard, cassoulet, 149, 150-151; aux navets, 126-127.
Canards, 120.
Cancale, 16.
Cantal, 175, 176, 179, 180-181.
Caramel, crème au, 38, 194.
Carbonades de bœuf à la flamande, 17, 33.
Carcassonne, 29.
Cardinal, sauce, 186.
Carottes glacées, 158; potage aux, 87; purée de, 87.
Cassadière corse, 81, 82.
Cassis, 24.
Cassoulet, 13, 28-29, 130-132, 149, 150-151; de Carcassonne, 34; du Languedoc, 29.
Castelnaudary, 29.
Cavaillon, 27, 155.
Celtes, 11, 15.
Cèpes, 30.
Cerfeuil, 35, 172, 173.
Cerises, 10, 178.
Cervelles, 133; au beurre noir, 145; préparation avant cuisson, 140.
Chablis, 24.
Champagne, et l'accent, 11; et le paysage, *carte* 12, 13, 17-18; en tant que vin dans la cuisine, 17.
Champignons, 23, 25, 30; chapeau de - farcis au four, 156, 163; en duxelles, 163; farcis au crabe ou aux épinards, 163; à la grecque, 163; grillés, 163; marinés, 163; ramassage des -, 41; tournage des, 163.
Chantilly, crème, 186.
Charcuterie, 133-135.
Charolais, bœufs du -, 24, 135.
Chartres, 23.
Château-Lafite, 28.
Château-Latour, 28.
Château Mouton-Rothschild, 28.
Chateaubriant, 135.
Châteaunoir, 39.
Cherbourg, 14.
Chèvre, fromage de, 54, 179.
Chicorée, 169.
Chocolat, 11; mousse au, 194-195; sauce au, 190.
Choucroute, 19; garnie, 153.
Choux, 13, 17, 25, 29, 152, 153; farci, 156.
Ciboule, 164, 165.
Ciboulette, 35, 164, 165, 172.
Cidre, 13, 14, 15.
Cigognes, 19.
Clafoutis, 30; aux cerises, 10.
Clams, 8, 9.
Cocktails, 51, 63.
Cœur à la crème, 176.
Cognac, 13, 30.
Colin, 92.
Compiègne, 22.
Compote de fruits, 195.
Comté, 13, 26, 179, 180-181.
Concombres, 46, 60.
Confits, 22, 29.
Coq au vin à la bourguignonne, 24, 121.
Coquillages, 99-100; bretons, 8, 9, 15-17; crus, 59; en hors-d'œuvre, 58-59; préparation des, 99; *voir aussi* Clams, Coquilles St-Jacques, Huîtres, Moules.
Coquilles St-Jacques, 94, 95; à la parisienne, 113; sautées avec sauce au beurre et à l'ail, 113.
Côte-d'Or, 24, 30.
Cotriade, 16, 86.
Coulommiers, 174, 175, 179, 180-181.
Couronne sarthoise, 81, 83.
Couronne tressée, 81, 82.
Court bouillon, 104, 106.
Couvert, à la française, 36, 38, 45.
Crabe, chair de, champignons farcis avec de la -, 163.
Crème, 184; anglaise, 184, 185, 191; caramel, 38, 191, 194.
Crêpes, 13, 16-17; fourrées et gratinées à la française, 71; Suzette, 17.
Cresson, 169.
Crevette, 8, 9; en tant que farce des crêpes, 71.
Croissant, 81, 83; au beurre, 81.
Croûte, 67, 89.
Crustacés, *voir* Crabe, Crevette, Homard.
Cuisine, définition de la - des provinces de France, 10; différence régionale de la grande -, 10-11, 13-30.
Cuisine, en tant que pièce de l'habitation française, 37, 38-39.
Cuisses de grenouille, 98.
Curnonsky, 85.

Dauphiné, *carte* 12, 13, 24 - 26.
Dauphinois, 179, 180-181.
Déjeuners parisiens, 34-35, 36-38.

Desserts, 182-195; crème au caramel, 38, 194; crêpes, 185; diplomate au kirsch, 185; fromage blanc, 174-175; fruit poché au sirop de vanille, 195; gâteaux, 184; et la ménagère française, 183-184; mousse au chocolat, 194; Paris-Brest, 194; pâtisseries, 184-185; pêches pochées aux framboises, 187; profiteroles, 194; tartes aux fraises, 182, 194.

Diat, Louis, 91.

Dijon, 13, 24, 51, 176; moutarde de -, 13, 24, 168.

Dindes, 121.

Dîner, mets du -, 46, 50, 59, 60, 84, 85-86; type, 34-38; en ville, 39-40.

Dîners exceptionnels, 33, 40.

Diplomate au kirsch, 38, 185.

Dolmens, menhirs, 17.

Dom Pérignon, 17.

Eau, 50-51.

Eau-de-vie, 10; de framboise, 18.

Échalote, 21, 164-165.

Écoliers, 34, 35.

Écrevisse, 25.

Edam, version française de l'-, 179.

Empereur, pain, 81, 82-83.

Endive, belge, 168, 169.

Engrais, organique, 153-154.

Épi de Charente, 81, 82.

Épices et fines herbes, conservation des, 171.

Épinards, champignons farcis aux, 163; poisson au four et farci aux, 109; en salade, 168.

Escargots, 24, 28; à la bourguignonne, 98; service des, 97-98.

Escoffier, Auguste, 61, 120.

Espagne, influence de l'-, 11, 13, 81.

Estragon, 35, 172, 173.

Étoile de mer, 101.

Faisans, 22.

Famille, le dimanche en -, 55; notion de, 55; repas de -, 33, 34-35, 36, 38, 39, 40; réunion de la - à l'apéritif, 51-52.

Farce, des champignons, 163; duxelles, 163; épinards en tant que -, 109; comme garniture de poisson au four, 109; des légumes, 156.

Fendu de gruau, 81, 83.

Fenouil, 172, 173.

Filets, définition, 135; mignons, 135; de soles bonne femme, 110-111.

Flamand, 11.

Foie de poulet, crêpes farcies au -, 71; terrine de - maison, 76-77.

Foie de veau, 133, 142, 144; pâté de - maison, 76; sauté, 144.

Foix, *carte* 12, 13.

Fontainebleau, 22.

Fraises, 23, 38, 176; des bois, 23, 38, 176.

Framboises, 42.

France, *carte* 12; la cuisine en -, 10-11, 13-30, 34, 55.

France, Anatole, 131-132.

Franche-Comté, *carte* 12, 13, 24-26; clafoutis, 178.

Fromage, de chèvre, 54; choix de, 178-179; cloche à, 177; en dessert, 13, 38, 178; pissaladière, 66, 183; service du, 176, 179; soufflé, 63.

Fromages, américains, 175; Beaumont, 179, 180-181; Belle Étoile triple-crème, 179, 180-181; bleu, 175-176, 179; bleu de Bresse, 38, 179, 180-181; boursin triple-crème, 179, 180-181; brie de Meaux, 23, 176, 179, 180-181; camembert, 13, 175, 176, 179, 180-181; cantal, 175, 176, 179, 180-181; caractéristiques des 21 - les meilleurs, 179; comté, 26, 179, 180-181; coulommiers, 174, 179, 180-181; fort, 17; fromage au marc de raisin, 179, 180-181; gruyère français, 26, 38, 179; le dauphinois, 179, 180-181; mimolette, 179, 180-181; munster, 19, 179, 180-181; neufchâtel, 175; petit-suisse, 38, 175; pont-l'évêque, 179, 180-181; reblochon, 26, 33, 179, 180-181; roquefort, 175, 176, 179, 180-181; saint-marcellin, 179, 180-181; sainte-maure, 179, 180-181; saint-paulin, 179, 180-181; tomme de Savoie, 26, 179, 180-181; valençay, 179, 180-181.

Fruits, 22, 23-24, 28, 30, 32, 38, 42, 176; cuisson des, 177-178; desserts, 184, 187, 193, 194; tartes aux, 19. *Voir aussi* aux divers noms de fruits.

Fruits de mer, bretons, 8, 9, 15-17. *Voir aussi* Poissons et Coquillages.

Garbure, 29, 157.

Garniture de soufflé au citron, 185.

Gâteaux, français, 184.

Gascogne, 15, 29.

Gâtinais, miel du, 23.

Gibier, 17, 23, 24, 25, 29, 30; cuisson du, 121; pâtés, 62.

Gironde, 28; estuaire de la -, 28.

Glaçage, 158; du canard, 127; des carottes, des panais et des navets, 159.

Glaçage de la groseille, 193.

Gœthals, Simone, 47.

Gœthals, Christophe, 47, 48.

Gœthals, Jean-Nicolas, 47.

Gœthals, Philippe, 47, 48.

Goujons, 98.

Grand Marnier, 184-185; soufflé au, 189.

Grasse, 156.

Gratin de queues d'écrevisses, 25.

Grives, 28, 62.

Gruyère (fromage), 38, 178; français, 26, 179. *Voir aussi* Comté.

Guillaume le Conquérant, 129.

Guyenne, 29, 30.

Haricots, dans le cassoulet, 29, 130, 149, 150-151; gigot aux, 130.

Haricots verts, 72; blanchis, 154, 158.

Henri IV, 119.

Herbes (fines), conservation des, 171; dessèchement des, 172; emploi des - en Provence, 27-29; emploi des - dans la salade, 35, 168, 170-171; emploi des - en Touraine 21; des montagnes, 11; plantation des, 172.

Hollandaise (sauce), 60.

Homard, 16-17, 94, 95; à l'américaine, 16, 99, 114, 117; vider et découper un -, 114-115.

Hors-d'œuvre, 46, 56-57, 97, 183; artichauts, 155-156; combinaison des, 57-58; comme entrée, 36; les radis, 46, 157; spécialités locales, 58; et la vinaigrette, 61-62.

Huile, de noix, 30; dans la salade, 168, 170.

Huîtres, 8, 13, 16, 29, 62.

Ile-de-France, 11, *carte* 12, 13, 22-24; cerises à l'eau-de-vie, 178; fromage de l'-, 176.

Ill, rivière, 19.

Industrie laitière, 14, 23, 25-26.

Jambon, 18, 132; dans la farce aux épinards et aux champignons, 163.

Jardin, produits du, 15, 21-22.

Jura, 9, 19, 24, 38, 46, 100.

Kirsch, 178, 185.

Laitue, 34; braisée, 154-155, 158; frisée, 168; des jardins, 169; romaine, 169.

Langues, provinciales, 11.

Lapin, 21, 118, 131, 134.

Lardage, conseils en matière de -, 135.

Légumes, 25, 26-27, 42, 152, 153-165; à la grecque, 60, 72; achat des, 42; blanchis, 154, 158; braisés, 154, 158; crus, 60; au dîner, 36; farcis, 156; glaçage, 154, 158; en hors-d'œuvre, 60; au marché, 15, 34-35; marinés à la grecque, 72; « rafraîchissement », 154, 158. *Voir aussi* aux divers noms de légumes.

Le Vivier-sur-Mer, 19.

Lièvre, 25.

Liqueurs, 18, 24, 178; dans les desserts, 184-185; Grand Marnier, 185.

Loire, 13, 22.

Lorraine, 11, *carte* 12, 13, 17, 185.

Lourmarin, 27.

Lyon, 24, 100.

Main provençale 81, 83.

Manche, poissons de la, 14.

Marc, 62.

Marcel, 52.

Marché, aux bestiaux, 128; en plein air, 10, 15, 16, 34, 35, 118, 128, 155, 157; aux poissons de Marseille, 97, 101, 102-103.

Marchiset, M., 42, 43.

Marinade des légumes à la grecque, 72.

Marjolaine, 172, 173.

Marne, 17, 23.

Marrons, purée de, 156.

Marseille, 13, 59, 96, 97, 98, 101, 102-103.

Matelotes, 21, 99.

Mayonnaise, 60, 61; à l'ail, 92; aux fines herbes, 105 *Voir aussi* Aïoli.

Médaillons, 135.

Melons, 32.

Merlan doré, 92.

Miel, 14, 23, 25.

Mimolette, 179, 180-181.

Mistral, 27.

Mont Saint-Michel, 20-21.

Montagnes, fines herbes des, 134; population des, 26.

Moules, 19, 94, 95.

Mousse au chocolat, 37, 195.

Moutarde de Dijon, 13, 24, 168; sauce - dans les rognons sautés, 144-145.
Moutons, 20-21, roquefort, 29. *Voir aussi* Agneau.
Mulhouse, 33.
Munster, fromage, 19, 23, 178, 179, 180-181.
Muscadet, 16.

Natte, au cumin, 81, 83; ordinaire, 81, 82; aux pavots, 81, 83.
Navets, canard braisé aux, 126-127; glacés, 159.
Neufchâtel, 175.
Noisette, définition, 135.
Normandie, 9, *carte* 12, 13, 14; fromages de, 175; pommes de, 177, 178.
Normands, 14, 129, 135.

Oeufs, battage des, 56, 57, 64, 65; béarnaise, 60, 146; crème anglaise et fruits glacés, 185; crème au caramel, 195; durs, 64; mayonnaise, 61; omelette, 69; pissaladière, 66; soufflé, 63, 65.
Oie, dans le cassoulet, 13, 29; confits, 22.
Oies, 18, 29.
Oignons, famille des, 164-165; petits pois frais braisés aux laitues et aux oignons, 158; potage pommes de terre et -, 87; soupe à l'-, 84; tartes à l'-, 183.
Olives, canard braisé aux -, 127; huile d'-, 27, 29, 168.
Omelette, française, 69.
Origan, 172, 173.
Orléans, 22.
Oursins, 101.

Pagre, 92.
Pain, 78-83; comment servir le -, 46; au dessert, 38; formes du -, 78, 81, 82-83; avec le fromage, 176; importance du - en France, 34, 46, 50, 79-80; variétés, 10-11, 78-79, 81-83. *Voir aussi* Croûtes.
Pains, types de -, alsacien, 81, 82; au levain 81, 82; cuit au bois, 81, 82-83; d'Aix, 11; de campagne bis, 81, 83; de seigle, 81, 83; espagnol, 81, 82-83.
Pain d'épice, 24.
Palette, 81, 82.
Panais, glacés, 159.
Panier à salade, 166.
Pardons, 15.
Paris, 22, 32, 33, 37, 100, 171; marchand de volailles à, 121; repas de midi, 34-35, 36.
Paris-Brest, 194.
Pastis, 29, 51.
Pâte, 183, 184; à choux, 184; brisée, 184.
Pâté, 22, 29, 36, 62, 121; de campagne, 62; de foie gras, 13, 19, 29; terrine maison, 76-77.
Pâtisseries, 183, 184; Paris-Brest, 194; pâte lisse, 183; pissaladière, 66; tartes aux fraises, 182, 195. *Voir aussi* Pâte.
Pauillac, agneau de, 135.
Pêche, 14, 15, 16, 27, 29.
Pêches, 24; cardinal, 187; pochées au sirop de framboise, 187.
Pêcheurs, 14, 15, 16, 17, 27.
Périgord, 13, 30, 62, 177.
Perpignan, 11.
Persil, 167, 172, 173.
Petits fours, 184.
Petit pain ordinaire, 81, 82.
Petit parisien, 78, 81, 82.
Petits pois frais à la française 158.
Petit Saint-Ouen, 81, 82.
Petit-suisse, fromage, 38, 175, 176, 178.
Petite friture, 98.
Peyrehorade, 118-119.
Picardie, 11.
Pigeons, 121.
Pigeonneaux, 121.
Pipérade, 29, 57.
Pique-nique, 44-49.
Pissaladière, 59.
Pissenlits, 169.
Pizza. *Voir* Pissaladière.
Plascassier, 36.
Poires, 23, 184.
Poireaux, 164, 165.
Poireaux-pommes de terre, soupe, 87.
Pois, 23-24; braisés aux oignons et aux laitues, 158; canard aux petits - braisés, 127; soupe aux - cassés, 84.
Poissons, 22, 25, 92, 96-117; cuisson des -, 100-101; dépiauter du - cuit, 106; déshabillage de l'arête, 105; farci, 109; farci aux épinards, 109; au four, 109-110; en hors-d'œuvre, 62; en Ile-de-France, 22; poché, 106-107; servi entier, 107; de la Touraine, 20-21.
Poivrons, marinés, 72.
Pommes, 13, 14, 177, 184.
Pommes de terre, 17, 36, 157; Anna, 157; Dauphinoises, 157; soupe aux - avec poireaux ou oignons, 87.
Pont-l'évêque, 175, 179, 180-181.
Porc, 18, 24, 25, 26, 132; en Alsace, 18; dans le cassoulet, 13, 29, 149, 150-151; farci aux choux, 156; garbure, 29; pâté maison, 76-77, potée, 13; rôti de - aux pruneaux, 13; en terrine, 22. *Voir aussi* Saucisse.
Port-salut, fromage, 178.
Pot-au-feu, 86.
Potage, Crécy, 87; crème d'asperges, 87; Parmentier, 87; purée de pois cassés, 84; de santé, 86; Vichyssoise, 87. *Voir aussi* Soupes.
Potée, 13, 42, 43.
Poule-au-pot, 86, 119-120.
Poulet à la Bordelaise, 123, 124-125; de Bresse, 13, 24, 121; coq au vin, 53; cuisson du -, 24, 120-121; à la normande, 120; sauté et aux cœurs d'artichauts et à l'échalote, 123, 124-125.
Poulet, achat des -, 120, 121, 122.
Prés-salés, 21.
Profiteroles, 194.
Provence, 9, 11, *carte* 12, 13, 26-29; ail, 155, 156; cerises à l'eau-de-vie de -, 178; fruits de mer, 100; lapin de -, 134; légumes de -, 155;s oupe au pistou, 84.
Provinces, produits alimentaires caractéristiques, 9-30.
Pruneaux, cuisson des, 177-178.
Prunes, 177.
Pyrénées, 13.

Quiche au fromage, 66, 67; lorraine, 13, 59, 63.

Rabelais, François, 38.
Radis, 44, 46, 157.
« Rafraîchissement », préparation des légumes, 154, 158.
Raisins, 17, 19, 28, 31; Bordeaux, 29-30; clafoutis aux -, 178; de table, 22, 24, 30, 177.
Rascasse, 94, 95; farcie aux épinards, 109.
Ratatouille, 28, 170.
Reblochon, fromage, 26, 33, 179, 180-181.
Réchaud, 145.
Régions gastronomiques, 11-31.
Réglisse. *Voir* Pastis.
Repas de midi, 34-38.
Restaurants, 39-40.
Rhin, 19.
Rhône, 27.
Rillettes, 22; - de Tours, 40.
Rillons, 22.
Ris, 133; au beurre noir, 145; préparation des, 140.
Riz, 28, 153.
Rognons, 133, 140; sautés à la sauce moutarde, 144-145.
Romaine, 169.
Romains, 50; et la laitue, 167.
Romarin, 172, 173.
Roquefort, 29, 175, 176, 178, 179, 180-181.
Rouergue, 29.
Rouergue, fromages, 175.
Rougets, 102.
Rouille, 86, 94-95.
Roussillon, 12, 13.
Roux, 64.

Saint-Estèphe, 28.
Saint-Malo, 19, 157.
Saint-marcellin, 179, 180-181.
Sainte-maure, 179, 180-181.
Saint-Ouen, M., 81.
Saint-paulin, 179, 180-181.
Salaed, 61-62, 166-173; assaisonnement de la -, 36, 61, 168, 171; composée, 61-62; et les fines herbes, 168, 170, 171, 173; et les huiles, 168; et le jus de viande, 171; service de la -, 36, 38, 50, 61-62, 168; de thon à la provençale, 47-49; verte, 36, 38, 43, 168, 169; et les vinaigres, 168.
Sancerre, 34, 178.
Sandwich, aux radis, 44.
Sardines, 102.
Sarriette, 172.
Sarthoise, 81, 83.
Sauce, à la neige, 61; béarnaise, 60, 146; béchamel, 162; beurre blanc, 105; au beurre et à l'ail, 112; au beurre d'escargots, 108; au beurre noir, 141; blanche 111; bordelaise, 13; au chocolat, 190; à la crème, 111; aux fines herbes, 60; hollandaise, 74; marchand de vin, 146; mayonnaise, 60, 61; moutarde, 141; parisienne, 112; rouille, 86, 94-95, 99; velouté, 70; vinaigrette, 60, 61, 167, 168. *Voir aussi* Beurre.
Saucisse, 16, 18, 133; cassoulet, 149, 150-151; cuit dans une croûte, 68.
Sauge, 172, 173.
Sauté, 123, 142.
Savoie, *carte* 12, 13, 24-26.

Scarole, 169.
Seigle, 17.
Seine, 17, 22.
Sorrel, 86, 168.
Soufflé, en dessert, 57, 184-185, 189; au fromage, 63, 64, 65; au Grand Marnier, 189; au rhum, 57.
Soupes : bouillabaisse, 86, 94, 95; aux carottes, 87; court bouillon, 104, 106; crème d'asperges, 87; en tant que dîner: 86; aux légumes assaisonnée d'ail, de basilic et de sauce tomate, 84; à l'oignon, 84; en tant que plat principal, 86; poireaux - pommes de terre, 87; aux pois cassés, 84; aux poissons, 16, 27, 99; aux poissons méditerranéens et aux piments, 94-95; potage de santé, 86; provençale à l'ail et à la mayonnaise, 93; Vichyssoise, 87.
Spécialités provinciales, 10, 13.
Strasbourg, 19, 153, 176.
Supermarchés, 54.

Tartes aux fraises, 30, 182, 195; au fromage, 66; à la tomate et au fromage, 47.
Terre meuble et engrais, 153, 154.
Terrine, 62, 121; confection des terrines, 75, 76; moule à, 75; service, 77.
Thym, 172, 173.
Tomates, 27, 60, 155; à la provençale, 156, 171; sauce, dans la soupe aux légumes, à l'ail et au basilic, 84, 86; soupe au pistou, 84, 86.
Tomme de Savoie, 179, 180, 181.
Toulouse, 29.
Touraine, *carte* 12, 13, 20-22, 99, 177-178.
Tournedos, définition, 135.
Tourte d'Auvergne, 81, 83.
Tripes, 33, 133, 140; à la casserole, 145.
Truffes, 13, 25, 28, 29, 30, 58.
Truites au bleu, 25, 100; en aspic, 13.

Vaches, 14, 26.
Vacherin, 176.
Valençay, 179, 180-181.
Veau, 135.
Velouté, sauce, 70.
Venaison, 25, 62.
Vence, 130.
Viandes, 128-151; dans le cassoulet, 149, 150-151; noms des coupes, 135. *Voir aussi* Abats, Agneau, Bœuf, Lapin, Porc, Veau.
Victoria, 119.
Vignobles, 28, 31.
Villages, 10-11.
Villeneuve-de-Marsan, 15, 128, 131.
Vinaigre, 24, 168.
Vinaigrette, sauce, 60, 61, 167, 168, 170.
Vins, 22, 25, 27, 50-51; d'Alsace, 19; américains, 176; bordeaux, 13, 28, 29-30; bourgueil, 21; bourgogne, 13, 24, 31, 37; chablis, 24; champagne, 17; chinon, 21; conservation, 17, 22, 24; avec le fromage, 176, 178; à la maison, 43, 50-51; mousseux, 17, 50; muscadet, 16; vosne-romanée, 30; vouvray, 21.
Vins, emploi des -, achat des -, 50; bœuf bourguignon, 138-139; en cuisine, 17; au déjeuner, 30, 31, 34; et les enfants, 43, 51; aux hors-d'œuvre, 62-63.
Volaille, 118-127; achat d'une, 120, 121, 122.
Vosges, 19, 23.
Vosne-romanée, 30.
Vouvray, 22.

Zucchini, 60.

Sources des illustrations et remerciements

Les sources des illustrations de cet ouvrage sont indiquées ci-dessous. De gauche à droite, elles sont séparées par des virgules ; de haut en bas par des tirets.

Toutes les photographies qui apparaissent dans cet ouvrage ont été prises par Mark Kauffman excepté : 4 - Louis Goldman (Rapho Guillumette) - Lee Lockwood (Black Star). 12 - Dessin de Leo et Diane Dillon. 52, 53 - Richard Meek. 56 - Ben Rose. 61 - Charles Phillips. 64 à 98 - Dessins de Matt Greene. 106 - Richard Meek. 135 et 143 - Dessins de Matt Greene. 158 - En haut à droite Charles Phillips. 161 à 164 - Dessins de Matt Greene. 169 - Richard Meek. 171 - Charles Phillips. 172 - Dessins par Lionel Kalish, en haut à droite Charles Phillips. 173 - Au centre et à droite Charles Phillips. 177 et 179 - Dessins de Matt Greene. 189 - Richard Meek.

Les rédacteurs de la collection tiennent également à exprimer leurs remerciements aux personnes et organismes dont les noms suivent : Sam Aaron, président, Sherry-Lehman, Inc., Wine and Spirits Merchants, New York; Bazaar de la Cuisine, Inc.; Bazar français; Michael Bertolini Antiques; The Bridge Company; Tom Durkin Antiques; Madame Fernande Garvin, président, Fernande Garvin & Co., Inc.; Dr. Howard S. Irwin, Associate Curator, The New York Botanical Garden; Georg Jensen, Inc.; Lea Kates, directeur, Public Relations, Foods from France, Inc., La Cuisinière, Inc.; Nathalie Laguerre; Herbert Lanning Antiques; Yvonne McHarg; The Mediterranean Shop, Imports; Gilbert Pelham Antiques; The Pottery Shop, Inc.; Mittledorfer Straus, Inc., Importers; Stuyvesant Square Liquors; Eliza Gill Werner; Corning Glass Works, Corning, N.Y.; et Charlotte Lee et Helen Whitman, co-propriétaires, Tool Shed Herb Nursery, North Salem, N.Y.
Les ouvrages suivants ont également servi à la réalisation du présent volume : *French Provincial Cooking* de Elizabeth David; *Larousse Gastronomique* de Prosper Montagné; *Mastering the Art of French Cooking* de Julia Child, Simone Beck et Louisette Bertholle; et *Michael Field's Cooking School* et *Michael Field's Culinary Classics and Improvisations* de Michael Field.

Composition par Draeger Frères, Paris
Imprimé en Hollande par Smeets Lithographers, Weert
Relié par Proost en Brandt N.V., Amsterdam
Printed in Holland